HIERONYMI MERCVRIALIS DE ARTE GYMNASTICA LIBRI SEX,

In quibus exercitationum omnium vetuſtarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid deniq. ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Secunda editione auctu, & multis figuris ornati.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoſcendarum, & valetudinis conſeruandae ſtudioſis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.

VENETIIS APVD IVNTAS,
M D LXXIII.

ELBLĄSKA BIBLIOTEKA
288
Ob. 6. II. 3015

MAXIMILIANO II.
IMPERATORI INVICTISSIMO

HIERONYMVS MERCVRIALIS
perpetuam Felicitatem D.

Si quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE Inuictissime, quot, quantaque Imperatores, summiq. Principes pro hominum salute, & tranquillitate tam bello, quam pace gesserint, in eam facile descendo sententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod eos dignos existimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea uero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem sibi uindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propositis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, ut ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum uideantur. Id facile perspicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-

gum ſcientiae, ceterarumque, ſine quibus uita haec noſtra fere uitalis non eſſet, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria uelit repetere: ſed ne Imperatori ſapientiſſimo, quae omnibus paſſim nota ſunt, recenſendo ſim moleſtus, unum medicae artis omnium utiliſſimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla eſſet, aut certe eum quem hoc tempore praeſefert ſplendorem, & elegantiam non haberet, niſi Principum benignitas, ſine qua omnis plerumque langueſcit induſtria, ſummis uiris illius auctoribus affulſiſſet. Etenim quantum a primis illis temporibus quaſi naſcenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, poſterioribus uero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Conſtantinus, Juſtinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta teſtantur. uerumtamen ut alia omittam in praeſentia, non exigui momenti putandum id eſt, quod magnificentiſſima, atque ampliſſima Gymnaſia exſtruxerint, inque ys artem Gymnaſticam inſtituentes, ipſius magiſtros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi ſanitatem conferentibus inſtruentes ad bene, beateque uiuendum uiam communirent. Haec enim ars illa eſt, ob quam olim Perſarum reges, Lacedaemonij, Athenienſes, Romani ita in bellis gerendis ualuerunt, ut ſaepe non maxima manu incredibiles hoſtium ui-

res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, ut ne recenseri quidem numerando facile qucant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque causam id eos feciſse ueriſimile est, ut ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper uberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte utilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque exstincta prorsus est; unde fit ut uetus illud militare robur, & uerami sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse ueteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum ta-

men non eſt, ſapientiſſime Imperator, quin eorum ſcriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remanſit, ab interitu poſſit uindicari, ac iterum in hominum adſpectum, lucemque proferri, ſi & Principum ad hanc rem propenſio adſit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc ſtudium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recuſent. Ceterum cur nemo noſtris ſaeculis huiuſmodi prouinciam ſuſceperit, ſane pronunciare non audeo: id unum ſcio, rem ſicut maximae utilitatis, ita immenſi eſſe laboris. Et ego, licet multa eſſent, quae ab ea deterrere me poſſent, aliquando tamen ſum aggreſſus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obſeruaueram, in unum ueluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me eſt magna animi contentione, & ſtudio: euentu autem, ut ex multorum teſtimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me cauſſa impulit, ut, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRRI FARNESII *Card. ſapientiſſimi ac prudentiſs. medicum Romae agebam peperierim, illiq. dicatos in uulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum uiſitationibus implicitus, rurſus eos poſtremis hiſce menſibus in manibus ſumpſerim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex uetuſtis monumentis iconibus repraeſenta-*

tis

tis ita exornauerim, ut non uerear quin gratiores multo (quemadmodum ſolent ſemper poſteriores curae eſſe meliores) ſint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum eſt, ut, quod antea non ſum auſus, illos nunc tuae Maieſtati conſecrare pro mea erga te obſeruantia non dubitauerim. Cum praeſertim, ſi Gymnaſticae renaſcenti ullus eſt patronus quaerendus, neminem te potiorem eſſe conſtet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam inſtituerunt, auxerunt, & illuſtrarunt, ita tu hoc tempore amiſſam, quae tua ſumma auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas eſt, in priſtinum ſplendorem, in ueterem dignitatem & poſsis, & uelis reſtituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, *cui poſt Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maieſtatis obſeruantiſsimum, ac indefeſſum laudum tuarum praedicatorem ſemper eſſe ſenſi, gratiſsimam rem facturum me exiſtimaui, ſi hoc opus in ipſius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maieſtati ipſius nomine adferrem. Quamobrem oro, ut, qua ſoles incomparabili animi magnitudine, hoc licet Maieſtati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas noſtra offerre poteſt, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me*

ŷs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus, non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus uideri possim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIↃ IↃ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE
BRIXIANI CARMEN.

Auxilio ſicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios diſiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad ſuperas ſedes, erebi reuocauit ab umbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis ſolitum lumen ſumpſerunt membra iuuentae:
Confiſus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farneſij aſpirantis heri collegit in unum
Gymnada: qua quondam ſe ſe exercere relicto
Carcere maiores, populo ſpectante, ſolebant.
Haec pars ad ludos ſpectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis ſe oſtentat in armis,
Fortis ut euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes ſeruent, morboq. uacantes
Mortales, dum uita manet, docet inſuper haec pars,
Ordine quo poſſint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. ſenectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu diſperſa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc diſtincta labore,
Et multo ſtudio, tamquam noua ſidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
σύσασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὣδέ ποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν' ἀμυδρὰ περέμπος.
τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεσορίην Ἱερώνυμος, ἀθανάτων μιν
κὐτεθνηξομένην ἄυθις, ἔτευξε νόῳ
ὃς γοῦν ἴσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνῃ,
ἴσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τεσοφῶν Ἱερώνυμε ψηφῶνι ἀποισῆ
Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
Lumen ad aetherium semianimes reuocans,
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
Fama tripertito nominis orbe uolat.
Nunc autem noua fama alia increbrescit, ut artes
Exstinctas ueterum gymnasiumq. nouat.
Macte animo, uir magne, ergo tu cetera membra,
Ore exercebis, sed tua laus hominum.

Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio hi Libri conscripti sunt.

Aeschylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodisiensis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Aristophanes
Aristoteles
Asclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gellius
Ausonius
D. Basilius
Caius Julius Caesar
Cassius Iatrosophista
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celsus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionysius Areopagita
Dionysius Halicarnaseus
Erasistratus
Erotianus
Euripides
Eusebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Hesiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Josephus
Isidorus
Julius Capitolinus
Julius Firmicus
Julius Pollux
Justinus Martyr

Iuuenalis
Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Posidonius
Propertius
Pub. Victor
Rasis
Rufus Ephesius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Ephesius
Spartianus
Statius
Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Theodorus Priscianus
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiscus
Xenophon.

ARTIS·GYMNASTICAE
LIBER. PRIMVS

De Principijs Medicinae.
Cap. I.

B VAMDIV Homines pauciſsimis rebus contenti lautas menſas,& opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque poſt inductam paullatim cõſuetudinem penitus ignorarũt, (id quod primis illis ſaeculis exſtitiſſe memoriae proditum eſt) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, ſicut uſq. ad tempora Socratis diſtillationum, quas Graeci καταῤῥέας dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius eſt, *ignoratum* eſſe tradidit Plato: qua de re tunc temporis *medicinae* aut paucos omnino, aut nullos uſus, nullaq. principia exſtitiſſe certum eſt: etſi Homerus antiquiſsimus auctor ſcripſerit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuiſſe. Poſtquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquiſitae artes, delicatiſsima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepſere, morborum ſimul uaria continuo genera ſuccreſcentia ad inueniendam medicinam eos coegerunt: qua ſemper carere profecto licuiſſet, niſi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum ſoboles eius uſum omnium maxime neceſſarium effeciſſet. Medicina uero tametſi primo illo ortu rudis admodum, incultaq. fuerit, quando priſci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unuſquiſq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret; poſterioribus tamen ſaeculis ab Aeſculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quaſi ex ruſtica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui ſolis morboſis, ac languentibus operam nauans id unum ſemper curandi ſtudium habuit: ſanorum curam aut ullam eſſe ignorauit, aut eam prorſus contempſit: quod poſtea ſucceſſores illius intelligentes adeo exiſtimatione dignam reputarunt, ut medicinam ſine hac

C

3. de Republi.

In lib. qui medic⁹ inſcribitur.

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius discipulus, qui curatiuae morborum medicinae conseruatoriam ualetudinis partem fere circa sana dumtaxat corpora satagentem adderuisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atq. artificiosum opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis curandis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est. An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis
Lib. 29. cap. 1. morbis uersantem clinicem uocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atq. Plinius credidisse uidentur, mihi plane compertum non E
est: nisi quod cum fuisset mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis temporibus usque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, uerum etiam in Italia perduranerit: uti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & usq. ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Αὐτὰς τὰς ἡμέρας Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπ' ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τᾶ δεξιᾶ ἐλθεῖν ὅπι τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τὰς πέντε δ' ακτύλους ἐπάνω τᾶ βήματος, καὶ ἆραι τὰν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμούς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τᾶ δ' ἤμον παρεστῶτος, καὶ συγχειρομύου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ὅπι τᾶ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

Hisce diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, ueniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuam, & poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte uidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευρῖτικῷ καὶ ἀφηλπϊσμύῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, χρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέφραν, καὶ μετ' οἴνου

Α τοῦνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπιθεῖναι ὅπι τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσία ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχαρίσατο. id est:

Lvcio affecto lateris dolore, & desperato à cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, ueniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commiscereret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέροντι ἰελίανῳ ἀφηλωϊσμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τῆ τεφρώμης ἆραι κόκκους
Β τερβίλε, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ὅπι τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσία ηὐχαρίστησεν ἐμπεδόθεν τοῦ δήμου. id est:

San gvinem reuomenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ ἄφορῳ στρατιώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ὅπι τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρίσαι ὅπι τοὺς ὀφθαλμούς, καὶ
C ἀνέβλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσία τῷ θεῷ. id est:

Valerio Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, ueniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus uteretur supra oculos: & uidit, & uenit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec inquã ita essent, uerisimile fit, solam remediorum co-

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi, & sub certis regu D
lis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: cer
tus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna,
sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disci-
plinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse,
necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non
ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, q; plurimi
fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum
indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut re-
rum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandi-
menta, inexplebilis libido, immensaq. uoracitas, quibus, ut sa-
Epist. 96. 8 Sympos. proh. ix. pienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morbo-
rum species genitae sunt, adhucq. quotidie gignuntur, quarum
aliae fero, aliae numquam medelam receperunt: sic namq. pue- E
ros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit,
sic uiuente Pompeio, atq. Asclepiade aquae formido, seu hydro-
phobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec non elephan-
tiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq. tar-
de medelam receperunt, ut Scribonius Largus, qui Claudij impe-
ratoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit
Cap. 171. neminem ab hydrophobia usq. ad tempora sua liberari uisum; & si
Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus,
Lib. 2. cap 162. In proh. ad eum morbum antidotum quandam cõposuisset, Barbarusque
quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle, quod
Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi
tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & F
arente intra paucas horas exspirauit, ut nobilissimi medici neq. ge-
nus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem
omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres
sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratẽ sub
Lib 25. cap. 3. Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Phinj aetate menta-
gra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae na
tae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracun
culi quidã, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui cru
ra atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangeban
tur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes into-
lerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus mor-
bi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis ra
6. de locis affect. tionem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficul
tate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-

nodia

A nodia habentem minxit. sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulantem multo cum semine eiecit: sic Timonis Auiam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cauernis, solaq. respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, qua quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter obseruabant, ac prosequebantur. sic Crateri medici seruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab ossibus abscederent: sic temporibus nostris exsecranda illa gallica, & paene exitialis lues uniuersas regiones uexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medi-
B cinae partes ad summam perfectionem prouectae fuerint, diuinis eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae re uera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτικὴ, siue ὑγιεινὴ, altera θεραπευτικὴ nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem sustinuerunt: quemadmodum etiam usq. ad posteriora tempora haec inueterata permansit inter medicos consuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conseruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adepta est, quod
C conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium impostoram exsistere, nempe quae nudis conjecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoscendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaq. medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauissimo errore uersari facillime cognoscent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absq. summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

Libro 1. de abstinētia ab aīalib⁹.

In Epistol. graecis uariorum.

" ΤΗΝ ἰατρικὴν ὅπερ ἦν σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχά- D
" νειν, τὸ ἐν ἀρχῇ τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοι-
" τηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆ
" ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ὑπομβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπα
" νορθῶται δι' ἐκ τούτων. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τῆ δικαίᾳ λογισμὸν συ-
" νῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεραπίζοντες, ἡμεῖς τε φιλανθρωπίᾳ
" κελεύομεν, τῶν βλευτικῶν λειτουργημάτων ἀπενοχλήτους ὑμᾶς ἐν
" τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id est:

Medicinae scientiam hominibus salutiferam esse, patens eius usus attestatur, & ideo hanc e caelo delapsam philosophi merito praedicant, siquidem cum naturae nostrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaq. nos secundum iustitiae rationem superioribus regibus consona obseruari praecipientes, humanitate nostra mandamus uos in reliquis temporibus E ab omnibus curialibus ministerijs immunes uiuere.

De conseruatiuae partibus, & quid tractandum. Cap. II.

CVM igitur duae sint medicinae partes, una curatiua, altera conseruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Postrema haec ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συνηρητικὴν, quae praesentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem istae, quamuis ultimo, sicuti demonstrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipsae tantum multorum hominum additamentis splendorem acquisiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare ausi forent, F tum ob eo piam eorum, quae huic parti conseruatiuae adserta sunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praestare uisa est: Ea porro, quae ad hanc partem constituendam a medicis excogitata atque ordinata sunt, quatuor nominibus comprehenduntur. quorum singula uarias ac multiplices res sub se complectuntur. tot namq. praesidijs bonam ualetudinem conseruari posse, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa uero sunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. esculentis siue ciborum siue remediorum usum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni subsunt, sudoribus, stercoribus, sputis, urinis, & alijs omnibus similibus continentur. Extrinsecus accidentia aqua, aere, salsugine, mari, oleo, & huiusce modi

A iuſcemodi conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, uenere, ira, cura, lotionibus, ceterisq. eiuſdem generis comprehenduntur; unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud ueteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quampauciſſima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur; ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis
B quod Galenus hanc haud ignobiliſſimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omnesq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam *conſeruatoriam efficiunt*) incredibilem utilitatem afferre; *ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus*. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab uno-
C quoq. exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis exſpectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri debere ſpero, q; in huiuſmodi tractatione deſiderari poſſit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto excellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſſimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquãda, & ſolidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

1. ad tu. ual. 3. Primi. doc. 3. ca. 1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D
& ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac διαπάθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium
viij. Symp. prob. 4. siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari: Neque etiam inconsulto
Lib. viij. de Cyri Paedia. fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tantopere exercitationes, laboresq. corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse, ac cibum, quas illud humanis corporibus
In Anacharsi. praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes E
apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaq. reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. Cap. III.

QVATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota conseruandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conseruatoriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exerci- F
tationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uocata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixe-

runt

A runt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria, gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἔστιν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc est, Quod gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, Quod gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in B loco animaduertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario a uera scientia excluditur; quamuis alioqui causas exercitationis uirium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationũ qualitates omnes, & earũ causas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius exsistit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easq., prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis hominibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: παιδοτρίβαι τοίων διδάσκωσι παC ἐανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα: id est: Paedotribae hoc edocent praeuaricari secundum leges, iniuriam facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerumtamen, cum interdum unus utriusq. munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas esse distinctas uoluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribicam

In lib. ad Thras.

In primo de dieta.

cam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem contendit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum una gymnasticae appellatione a materia, circa quam uersantur, ut pharmaceutica, susceptа uocarentur; sicuti speculatiua, & practica medicinae partes uno medicinae nomine saepenumero appellantur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis sit, gymnastaq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptum reliquit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕνι τελείας οὔσαις μιᾶς ἕξεως θεωρῆσαι τὸ ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην αὐταρκεστάτην ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο τῆς γυμναστικῆς ἕξις: ἔτι δ' ἐὰν τις μὴ τῆς ἰσχνομέμης ἕνεκα θυμεῖ, μήθ' ἕξεως, μητ' ὄψεως ἡμᾶς τῶν ὡς ἐπὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδ' ἐν ἧττον τε παιδοτρίβου, καὶ τῆ γυμναστικοῦ ὠφελησόμενος τε καὶ ταύτην ἕξιν τὴν δύναμιν: ideſt: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte exsistunt, unius est considerare, quid cuiq. conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura dispositо, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessarium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasticae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum, & scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnastici est hãc potentiam praeparare. Quibus uerbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo fere pacto, quo a Galeno: tum etiam gymnastam a paedotriba distingui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intelligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita dicere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarietates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conseruandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent, differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Graecorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq. exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes

uersan-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in unaquaque gymnastica locum habuerint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, caussaq. talis differẽtiae nulla alia exsistit praeter finem singularum, quo fine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & Respub. & Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, sem- Lib. xvi. cap. 4.
B per assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & auis paternis, quod tamen seruis, quando illi similes ludos inibant, concessum fuisse minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronensis habebit, *qui omnium diligentissime*, ut est ipse omnium saeculi *nostri in historijs longe* uersatissimus, hanc materiam tractauit. *Athletica finem* habuit robur, ut illius ui posset athleta *aduersarium* superare, & coronam praemiaq. proposita consequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes sub nomine uitiosae gymnasticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud
C agebant, nisi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus postea, cum oportebat, hostes in pugna uincere possent: atque harum exercitationum disciplina usque adeo seuera apud maiores seruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod scribit Vegetius, re- Lib i. de re mili ca. 13.
munerarentur annonis; & qui parum in illa profeciissent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, uel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complesse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram a praedictis differentem esse, & ideo summa cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres exstiterint, atque

omnes

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde de- D
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

De Gymnasticae subiecto, & eius laudibus. Cap. IV.

QVM iam gymnasticam, quid sit, satis (ni fallor) explicuerimus: eamq. ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & E
quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atq. proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera *subijcitur*, tali pacto ab una consideretur, quo non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout ἔνεκτον, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad F
Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel caussam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quamplures recensеam) eam rempub. haud optimam esse posse censuerint,

A censuerint, in qua talis ars desideraretur, nec immerito quidem, quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidquam graue, aut dignum efficere ualet: ita profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inseruire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atq. otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemq. tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse
B gloriatus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, quod maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercēdis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerum etiam in quibusuis fere *priuatis aedibus* exercitationibus locus aliquis in id *designaretur*, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica. Cap. V.

VAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principiū habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto semina quaedam illius iacta fuisse, quasiq. primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoque fateamur potuisse faciliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione uindicarent, non habuisse, id quod
C credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidquam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Aesclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnasticā naturalē homini esse, & iccirco semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro quod Homeri tempore artis gymnasticae

Primo de tu. ualet.

sticae principia quaedam exstiterint, facile illi intelligere potuerunt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum disco, lucta, cursu, arcu, & alijs huiusce modi, quae post ad gymnasticam facultatem transierunt, sese exercuisse, sicuti octauo, & uigesimotertio Odysseae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum sit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam assequi possumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Symposiacorum prob. 3. scriptis mandauit, ubi tradit, quod certamina prius simplicia fuerunt, in quibus solum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his postea ad sacrificia res translata fuit, quando Deo sacra facturi, populumq. ad festa accedentem oblectaturi certamina instituebant, quae a sacrificijs demum ad gymnasia paullatim fuisse introducta existimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaq. sanitate frueren tur, illud unum studium habebant, ut ad bella peragenda, hostesq. superandos aptissimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorsus inertia consumerentur, sese illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & spe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hostes dimicandum disponerentur: & ob id Homerus secundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶδ' ὡρᾳ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίστοισιν τέρποντο, καὶ ἁρμαξιπτέντες
Τόξοισιθ': id est: *At gentes in litore ponti*
Ludebant discis, arcus, & iacula longe
Mittentes:

Et uigesimotertio:

Αὐταρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λάον ἔρυκεν, καὶ ἵξανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔφερ ἄθλα, λέβητά τε, τρίποδάς τε,
Ἵππους θ', ἡμιόνους τε, βοῶν τ' ἰφθιμα κάρηνα
Ἠδ' γυναίκας εὐζώνους, πολιόντε σίδηρον:
id est: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia splendida promens
Scilicet & tripodas, labetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.

Ex

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis saeculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & praemia consequendi spem, tum ad bellorum, hostiumq. uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrescere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cõ currerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus institutae sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores desiderarentnr, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque praestantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus. quoniam homines praemiorũ gratia dumtaxat certabant, quae ἄθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu- In 3 partic.
B pati fuerũt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & a Lati prob. 8.
nis Athletae, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, uerumetiam in Amphitheatris, & ante amphitheatra instituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiusce modi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Graecos ἄθλοι. Nam Olympia Pisis, siue Elidie, & Nemea apud Cleonas: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerũt, quales apud Romanos ludi Capitolini, saeculares, & alij huiusce modi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores constituebantur, uti non modo in conuentu stantes cum palma & corona laudes ferrent: sed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in suas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inuecherentur,
C aereq. pub. perpetua uota constitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines exstitere: uerum enimuero crescente luxu, multisq. a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptae sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quae Tertio de repub.
prius in sacrificijs atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus solum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quae solum pro coronis & praemijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in usu erant, ad sanitatis conseruandae, & boni habitus equirendi

finem

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atque D
etiam posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mirum in modum corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addentes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdam praeceptis, ac terminis concluserunt, atque ita artem totam pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τῦ γυμνάζεσθαι, ideſt, ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quam ob habitum corporis bonum obtinendum exerceri. Quamobrem ex his clarum factum arbitror quomodo ars gymnastica principium, incrementa, & statum, necnon quo tempore susceperit. Siquidem primum in bello Troiano dum milites Graeci in arenam ex nauibus descendentes (unde post emanasse prouerbium In arenam descendere opinor) inter se certantes ad bellum exercebantur tunc apparere *coepit*, artisq. E
agonisticae, & gymnicae nomen etiam accepit. Postea *ad sacrificia* & hominum uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiam athleticae appellationem consecuta est, & apud Galenum uitiosa gymnastica nominata fuit. Demum ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omnium sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis concluſa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim, quo neque industrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu, armis, equo. Verum enimuero haec ars (ut testatum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solum in usu uiguit, F
quamdiu rura colentes Romani & cultura foecundissimos agros habuerunt, & ipsi ualetudine firmiores exstiterunt: sed postquam crescente desidia in opidis otiari, quam ruri laborare malucrunt, Graecorum urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idem Varro conquestus sit suo tempore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omnium maxima & speciosissima fuerant: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiam destructa fuerunt, & simul cum ipsis ars non paruam iacturam passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea aetate Romae aestimatos passim in morbis curandis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum

In secundo de re rusti. in prooe.

omnes

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentē lecti tarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti usus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad exercitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde alucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime usos, nulla firma ratione probat. Lib 3. Sympo. prob. 6 Lib. xiiij. cap. 22.

De Gymnasijs Antiquorum. Cap. VI.

B Gymnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex uerbis Galeni in secundo de tu.ual. scriptis manifesto comprobatur, ubi narrat gymnasium fuisse publicum in separata urbis regione locum exstructum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerunt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima uox etiam denudari significare ui detur, unde Martialis libro tertio.

Gymnasium, Thermae, Stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce uidere uiros.

C Quamuis etiam quandoq. sub nomine gymnasij omnem locum, ubi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea haec uox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum uidere licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, ubi de Herode ita loquitur. Namque apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras porticus condidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, uel raras admodum, uel nullas exstitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis non fuisse praedicit: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si credendum est Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum

Biblioteka Ogólnokształcąca Filia nr 1 w Elblągu ELBLĄSKA

instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedae- D
In Anach. dial. mones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, ubi hos uersus habet.

Argiuas generatus inter urbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo uero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribat, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. *Post* Lacedaemo- E
nios Athenienses quoque sua gymnasia exercuerunt, *in* quorum ciuitate tria exstitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est, alte-
In Anach. dial. rum λυκεῖον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaq. infamia uiles, ac spurij notabantur, ut qui uere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in uita Herodis Attici. Dixi in ciuitate Athenienſium tria fuisse gymnasia, quod licet extra urbem essent, erant tamen haud longe aedificata, ut quae prope ualde forent ciuitati, in ea fuisse dici po- F
4. Epist. fa. m. epist. 12. tuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos habuisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Athenienſium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae uero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in uestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, ubi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, uel festa aliqua celebrabantur, ut in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasium habuisse Craneum uocatum, auctor est Laertius libro ter-
In libro de antiqs nominibus. tio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras uocata in urbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt:

A perunt: quos tamen ceteros quoſcumque tum magnificentia operum, tum inaeſtimabili pulchritudine in hoc genere anteceſſiſſe, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc uſq. diem non ſine omnium ſtupore perdurantia conſpiciuntur, facile conuincitur. ne ſileam illud, quod de Neronis gymnaſio ſcripſit Martialis lib. vij.

Quid Nerone peius?
Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnaſia tota aliquando Thermas ob aquae calidae uſum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, ſicut etiam interdum Thermae ſignificant eam gymnaſij partem, in qua lauabãtur, ubi propiugeum, laconicum, & calda lauatio ſitae erant, ut ex multis auctorum teſtimonijs, & praeſertim ex Martialis uerſibus nuper citatis clare perſpicitur. Gymna-
B ſium, thermae, ſtadium eſt hac parte. His omnibus poteſt iam unicuique perſuaſum eſſe, quantum in errore uerſatus ſit (inuitus fateor) Blondus Foroliuienſis conciuis meus, qui in ſecundo Romae inſtauratae commentario thermas ſolum ad lauandi uſus inſtitutas fuiſſe ſcripſit. Porro ne quis forſan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Ariſtotelem in gymnaſijs philoſophari conſueuiſſe; ſcire debet in huiuſcemodi locis uaria hominum genera conuenire ſolita fuiſſe, quae omnia in ſequenti capite a nobis ſigillatim demonſtrabuntur: tanta enim erat huiuſcemodi locorum capacitas, tamq. ſpatioſa amplitudo, ut abſque ullo impedimento diuerſae, ac fere innumerae exercitationes, & corporum & animorum peragi poſſent, quemadmodum ex Vitruuij allata deſcriptione perſpicere quiuis mediocriter hac in re uerſa-
C tus poterit; quam cum in rebus plurimis diuerſam ex Octauij Pantagathi viri tempeſtate noſtra ſummi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipſa diligentius conſiderata (ut ſemper curae poſteriores eſſe meliores ſolent) caſtigatiorem, & omnibus Vitruuij uerbis exacte correſpondentem exhibemus. ad quod agendum clariſſimus Aloyſius Mocenicus, Franciſci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, uiri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob ſingularem eruditionem apud omnes ſpectatiſſimi, necnon Andreas Palladius priſcae totius architecturae peritiſſimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita ut non uerear, quin hoc pacto doctis Vitruuij que ſcientiae ſtudioſis probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palae ſtrae ratio fuit incognita, ſic in poſterum clara, atq. manifeſta futura ſit. Immo uero, ſi Octauius ipſe reuiuiſceret, non dubito, ut erat

homo ſanctiſsimus, atque doctiſsimus, quin etiam ipſe huic de- D
ſcriptioni,& Vitruuij contextui non mutato,ſed in aliquibus tantum melius ordinato libentiſsime ſubſcriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri poſſe docet.

De palaeſtrarum aedificatione & xyſtis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.

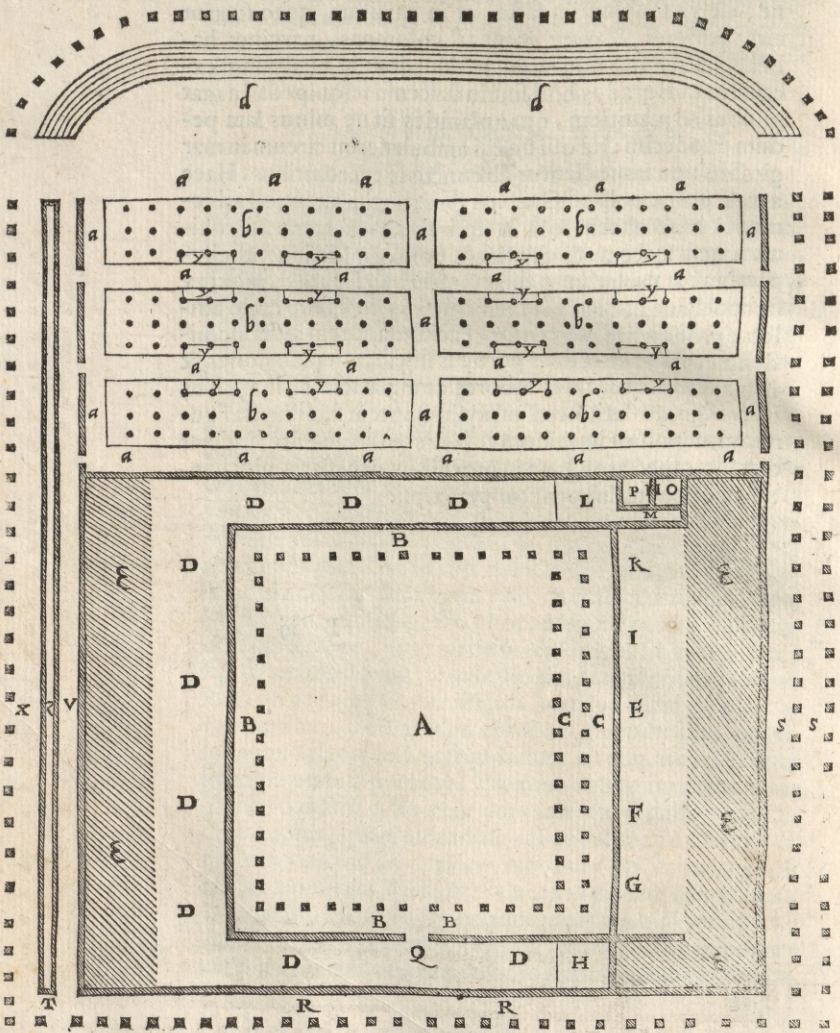
NVnc mihi uidetur (tametſi non ſint Italicae conſuetudinis) palaeſtrarum aedificationes tradere explicate & quemadmodum apud Graecos conſtituantur E
monſtrare. In palaeſtris periſtylia, quadrata,ſiue oblonga ita ſunt facienda,uti duorum ſtadiorum habeãt ambulationis circuitionem, quod Graeci uocant διαυλὸν. ex quibus tres porticus ſimplices diſponantur, quartaq. quae ad meridianas regiones eſt conuerſa duplex. uti cum tempeſtates uentoſae ſunt,non poſsit aſpergo in interiorem partem peruenire. Conſtituuntur autem in tribus porticibus exedrae ſpatioſae habentes ſedes, in quibus philoſophi, rhetores, reliquiq. qui ſtudijs delectantur, ſedentes diſputare poſsint. In duplici autem porticu collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem eſt exedra ampliſsima cum ſedibus, quae tertia parte longior ſit, quam lata) F
ſub dextro coriceum, deinde proxime coniſterium, a coniſterio in uerſura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν uocitant, ad ſiniſtram ephebaei elaeotheſium, proxime autem elaeotheſium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in uerſura porticus. Proxime autem introrſus e regione frigidarij collocetur concamerata ſudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in uerſuris ex parte laconicum ad eundem modum (uti ſupra ſcriptum eſt) compoſitum. Ex aduerſo laconici caldam lauationem. In palaeſtra periſtylia (quemadmodum ſupra ſcriptum eſt) ita debent eſſe perfecte diſtributa. Extra autem diſponantur porticus tres,una ex periſtylio exeuntibus,duae dextra,

atq.

A atq. ſiniſtra ſtadiatae, Ex quibus una, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex ampliſsima latitudine, altera ſimplex ita facta, ut in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali a marginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυςὸς uocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, & duplicem porticum deſignentur hy-
B paethrae ambulationes, quas Graeci περιδρόμιδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno caelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur, ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſſint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria uidebantur eſſe ut apte diſponantur perſcripſi.

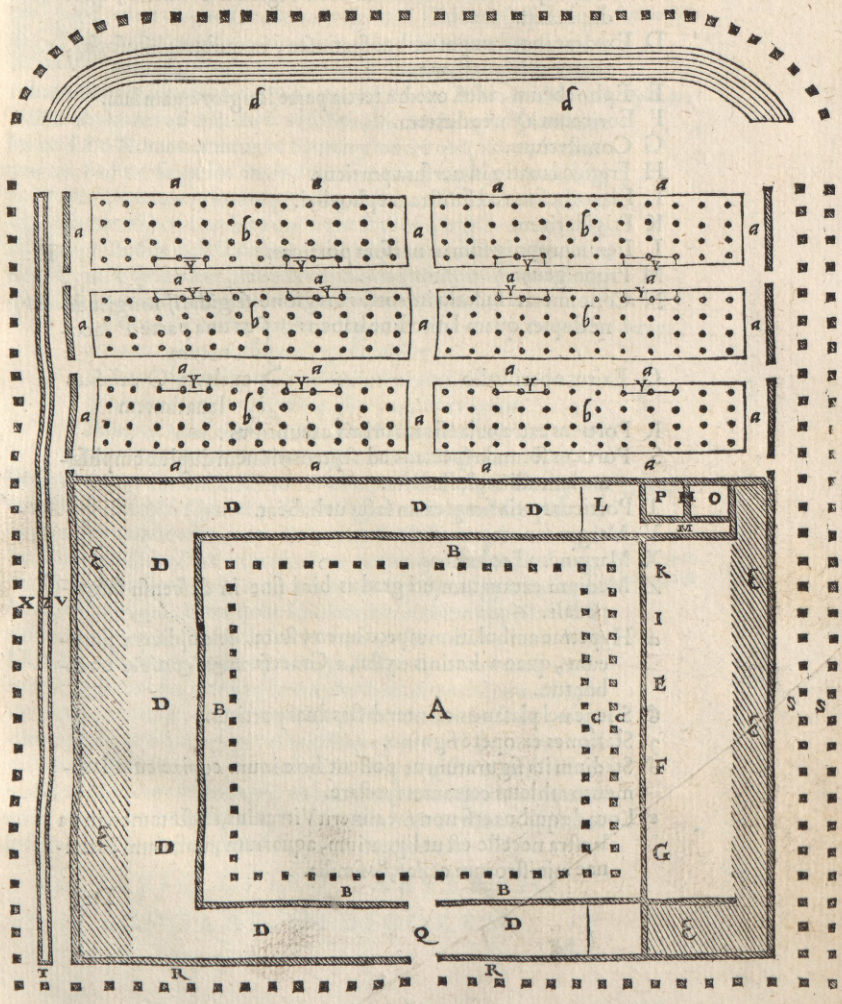
Figura paleaſtrae cum periſtylio quadrato.

Occaſus



Ortus

Occasu



A Peristylium in palaestra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum stadiorum. D

B Tres porticus simplices.

C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuersa, quae duplex est.

D Exedrae in tribus porticibus spatiosae, in quibus philosophi, rhetores disputabant.

E Ephoebeum, idest exedra tertia parte longior quam lata.

F Eoriceum a parte dextera.

G Conisterium.

H Frigida lauatio in uersura porticus.

I Elaeothesium ad sinistram ephoebei.

K Frigidarium.

L Iter in propnigeum in uersura porticus. E

M Propnigeum.

N Concamerata sudatio introrsus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex una parte P laconicum

Q Exitus e peristylio { exaltera O calidam lauationem

R Porticus extra palaestram prima exeuntibus.

S Porticus secunda spectans ad septemtrionem duplex amplissima latitudine, & stadiata.

T Porticus tertia simplex ita facta ut habeat.

V Margines circa parietes.

X Margines ad columnas.

Z Medium excauatum uti gradus bini sint in descensu sesquipedali. F

α Hypetrae ambulationes proxime xystum, & duplicem porticum, quae a Latinis xysta, a Graecis περιδρομίδες uocabantur.

ε Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.

γ Stationes ex opere signino.

δ Stadium ita figuratum ut possent hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare.

ι Loca de quibus etsi non meminerit Vitruuius, fuisse tamen in palaestra necesse est ut lignarium, aquarium, uasarium, latrinae ministrorum cellae, & similia.

De

A

De uarijs hominum generibus, quae in gymnasijs conueniebant. Cap. VII.

TAnta, adeoque uaria hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, ut, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his uerbis apud Nonium: Ita uti soliti Romae eramus, in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reliquiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his uersibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit:

10. meth.

Epist. 57.

B

Sed uos saeuas imponite leges,
Vt praeceptori uerborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam ungues, digitosq. suos, ut forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Saty. 7.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdã philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirẽtur, ex uarijs Galeni libris cog-

13. Meth.

In lib. de libris propr.

C

noscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκαδήμεια. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recenseat mea sententia a uero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, ut ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs uocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum.

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO.
SCHOLAE. MEDICORVM

M.

M. LIVIVS. EVTYCHVS D
ARCHIATROS. OLL. D. TI
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adoleſcentes, qui ut exercitationum obſerua
tiones, atq. modos addiſcerent, ad gymnaſia accedebãt, ubi a gym-
naſtis ipſis quaſcumq. cupiebant exercitationes, edocebãtur; Ado-
leſcentes liberos palaeſtrã ediſcere ſolitos fuiſſe facile cõuincitur ex
In Eunu- illis Parmenonis apud Terentiũ uerbis, quibus ille Chereã ſub for-
cho. ma Eunuchi Thaidi offerens ait, Fac periculũ in litteris, fac in palae
,, ſtra, in muſicis, quae liberũ ſcire aequũ eſt adoleſcẽtem, ſollertẽ da
,, bo. id quod clarius infra demõſtrabo. Tertiũ genus erant Athletae
qui ibi ſe exercebant, ut in publicis ludis, ſeu in ſacris certamini- E
bus poſſent & populum delectare, necnon uictoria ac praemijs po-
tiri. & quod hoc fuerit, praeter Vitruuij auctoritatem Suetonius cla
riſſime demonſtrat dũ refert Neronẽ quandoq. gymnaſiũ ingredi
ſolitũ, ut certãtes athletas ſpectaret. Quartũ genus erant omnes illi
ſiue nobiles, ſiue ignobiles, qui uel militaris diſciplinae, & fortitudi-
In 1. de ar- nis, uel tuẽdae ſanitatis, & boni habitus cõparandi gratia uarijs ex-
tic. ercitationũ generibus incumbebant. atque inter hos Galenum no
ſtrum numerare poſſumus, cum ſcribat ſe anno aetatis ſuae trigeſi-
mo quincto paſſum fuiſſe luxationem ſummi humeri in palaeſtra.
Quinctũ genus erat eorũ, qui fabricabãtur, licet enim frictiones fie
rẽt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoq.
2 de tu. ſiue ulla exercitatione ſeorſum ab alijs, ut de Veſpaſiano tradit Sue
ual. tonius, ſolum fricabãtur, quod intelligi poteſt ex Galeno frictionẽ F
ad exercitationes praeparatoriã a reliquis diſtinguẽte. Sextũ genus
erant, qui lauabantur, atq. hi erant tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc
tamen intererat, quod diuites, atq. primates labra, & colymbithras
proprias in cellis alioqui cõmunibus habebãt, ubi ſoli diuerſis tẽpo
ribus lauabantur, multi erant qui etiã ſolia uel lignea, uel argentea
(quod recitat Plinius) ſecũ ferrẽt, ne pedes nudos collocarẽt ubi ui
liſſimi quiq. ponebant, quãuis etiã referant nonnulli Hadrianum
imperatorẽ lauari ſolitũ, ubi plebs lauabatur quod & Titũ Caeſar.
feciſſe ſcribit Suetonius. Qui uero dumtaxat ungerentur nulli in
gymnaſijs reperiebantur, quoniã uel exercitationum uel balnearũ
gratia ungebantur. Ab his poſtremo omnibus non pauci ſpectato
res (ne miniſtros, de quibus infra loquemur, nunc recenſeam) in
gymnaſijs conueniebant, qui non ob aliud, niſi ad uidendos exerci

tatores

A tatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebãt. Quo in loco id etiam animaduertendum censeo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detẽti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundã uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarẽtur, quemadmodũ uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanã maiestatẽ illud dedecuisse uidetur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludẽdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuũt, publice uersarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauãdis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarẽtur tã ignobiles & mediocri loco natae, quã illustriores, cũ de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendũ cutis candorẽ quingentas asinas B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit. Ilb. 11. ca. 41.

aut pinguia Poppaeana. Saty. 6.

Spirat &

Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbãdi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphroni trumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio 1. de alime. fac.

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage uirginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella uiros,*
Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,
Increpat & uersi clauis adunca trochi,
Puluerulentaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro uulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de hoc Spartanorũ more quisquam mirari debet, quando & Plato in quinto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores una cum uiris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine consequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinãdi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D

VITRVVIVM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solum palaestras graecas tradidisse ex ipsius uerbis cōstat, quā do nondū Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorū gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter uerisimile fit Romanos (ut solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae uel Graecos latuerant, uel parū ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorū magis principales explicaturus haudquaquā solas a Vitruuio significatas in medium afferā, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare uidetur in Graecis, atq. Romanis palaestris exstitisse: quāquā Vitruuij auctoritatem numquā multi faciendā existimaui, nempe quē παρα E δοξόλογον & sua aetate minime aestimatū puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quā do scilicet in urbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebātur, quod etiam a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquam in capitum *Plinij* librorū catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, uel saltem adulteratus putatur, magnā certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorū partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discū quā philosophū audire malunt) quod in eos dicebatur, qui in eodēgym F nasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorū crepitus audientes relicta sapiētiae schola ad proximū certaminum locum erumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operā nauabant, uersatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae ueluti scholae quaedā, & possent facillime post animorū exercitationes corpora ad sanitatem, uel fortitudinē iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. exstat enim Lampridij auctoritas, Alexandrū Seuerū post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo *lenibus luctis* dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, ubi mihi uerisimile apparet eos conuenire, atq. de praemiis, & exercēdi genere pactiones

Anes facere solitos, qui simul exerceri, ac certare uolebant: quāquā
scia Philandrū eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes ex
cerentur. qua in re ipsum ualde melius sensisse existimo, quam Gu
lielmum Choulū, qui in suo de antiquorum exercitationibus libro
in Ephebaeo iuuenes studendi gratia sedisse scriptis mandauit. V-
trum uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum sextum an
num pueros commercium ullū habere uetabant, hoc uerū fuerit,
affirmare non auderē. Neq. item negare possumus, Galeni tēpore,
pueros exerceri in palaestra consueuisse, cū is cuiusdā aegritudinis,
quā Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaestra acquisiue
rat, mētionē faciat: & praeterea in secūdo de tu. ual. sic scribat: οὕτω
δὲ καὶ ὅσοις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνά
ζουσι τοὺς παῖδας εἰς ἐντονίαν παρασκευάζοντες. i. Sic autē, & qui-
B cumq. per funem scandit quemadmodum pueros in palaestra exer
cent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palae-
stris exerceri solitos fuisse satis constaret, nisi id quoq. Plautus in
Bacchidibus apertissime testatus esset, ubi Lydus Pistocleri paeda-
dogus patrum erga filios sui temporis indulgentiam taxans de an-
teacti temporis moribus ita loquitur.

Nego tibi annis uiginti fuisse primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem ut efferres ex aedibus
Ante solem exorientem nisi in palaestram veneras
Gymnasii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. ubi obtigerat, hoc etiam ad malum arcessebatur malum
Et discipulus, & magister perhibebantur improbi.
Ibi cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila
Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sanijs.

C Vnde mihi cōijciendū uidetur pueris summo mane palaestrā adeū
di praeceptum fuisse, ut uirorum, qui tunc non aderant, commer
cium uitarent, atque etiā litterarum studijs incumbendi otium su-
peresset. etenim non defuisse qui pueros nudos uidere, & nefandū
eorū amorē sibi conciliare ex palaestris studerent facile ex amato-
rio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus
(ut mea fert sententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerce
ri, uel lauari, uel utrūq. agere uolebant, inseruiebat, aliasa Graecis
ἀποδυτήριον, & a Galeno γυμνασήριον uocatus. Nisi enim Coriceū
apud Vitruuiū talem locum significat palaestras ab ipso descriptas
absq. hac parte omniū maxime necessaria exstitisse dicendū esset,
quam nedū in publicis gymnasijs, uerum etiam in priuatis affuisse
credo, si quidē Plinius Caecilius in descriptionibus uillae sue Lau-

In lib de ꝓ cogni. ad Posthu.

Lib. 2. & 5 Epist.

ren-

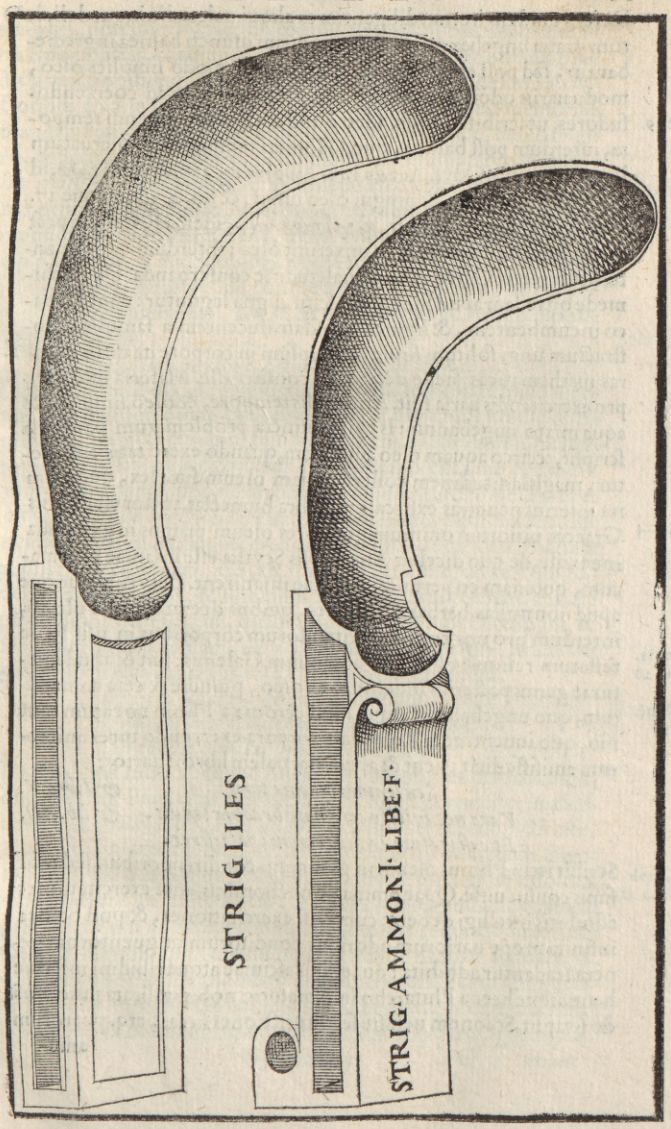
rentinae ac Tuscorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde illorũ D
sententias probare nequeo, qui Coryceũ in Vitruuij textu legendũ
putarũt a coryco pilae specie, quasi ibi ludus talis ageretur, aut cou
riceũ pro tonstrina, aut coriceum tãquã in eo puellae, & uirgines
κορύας a Graecis uocatae exercerentur. Quarta pars erat eleotheſiũ
Li. 2. epist. a Iulio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ, at
que in isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inituri un
gebãtur, redungebanturq.. Sed, quoniã opportunitas rei postulare
uidetur, ut de hoc gymnastico ungendi munere uerba faciã, neque
Metrodori Scepsij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, ideſt de ungendi ratione ci
tatus ab Athenaeo liber hodie exstat, quattuor ego dicã: primum,
quando, & qui ungerentur: secundum, quae esset unctionis ma
teria: tertium, cuius finis gratia ungerentur: quartum, quo modo,
& a quibus unctio administraretur. Illi qui uel loturi uel sese exer- E
citaturi in gymnasium ueniebant, maiori ex parte spoliabantur in
apodyterio: postea horum nonnulli, & praesertim qui uel luctam,
uel pancratium inire intendebant, (nã pugilatores, cursores, ac alij
multi unctione non egebant) alipteriũ ingredientes ungebantur,
atque ita uncti ad locũ, ubi erat puluis, de quo loquar inferius, tran
seuntes puluere conspergebantur, sicq. deinceps in exercitationes
diuersas diuersi prodibant: postquam uero sese, quantum libuerat,
exercuissent, iterum ad unctuarium reuertentes ibi a Mediastinis,
& Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis,

Pergamus has misit curuo distinguere ferro,
Non tam saepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qua detersione oleum, puluis, & sudor, quae de
radebantur, simul mixta in usum medicum adseruabantur, & ab At
Lib. 1. c. 3. ticis κονίσαλος, ab alijs uero πάτος uocabatur, ut ex Dioscoride, Pli F
Lib. 34. c. 8 nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tametsi Auicen-
Li. de sim. nas libro secundo faciat mẽtionem etiam sudoris sicci athletarum,
me. 81. & 4. quem puto fuisse illum, cui neq. oleum, neque puluis inerant. &
de tu. ua. quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei usum, nihi
Libro. 5. & lominus balneorum strigiles plerumque spongiae erant, uel linei,
10. de sim. neque communiter semper administrabantur, sed quisque pro-
med. & lib. 2. c. 17. prium secum gerebat, & praesertim quicumque communia cum a-
lijs instrumenta habere fugiebat, ut insinuat Persius Sat. v.

I puer, & strigiles Crispini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel
aerei, quibus strigmenta, & sordes exercitatorum a corporibus rade
bantur. Aerei strigiles erant, quorũ pictura hic ponitur, quiue olim
inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti sunt.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Detersi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia D
rum gratia ungebantur, & nonnumquam inuncti balnea ingrediebantur, sed post egressi denuo ungebantur modo simplici oleo, modo uarijs odoribus condito, modo diapasmate ad coercendos
li. 21 c. 19. sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tempora, interdum post balnea, quod Homeri temporibus obseruatum legimus, ut in 3. Odys. Αυτὰρ ἐπεὶ λούσαντε καὶ ἐχρισε λίπ' ἐλαίῳ, id est, Postquam lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4 iterumque 17. τοὺς δὲ ἐπεὶ δμῶες λοῦσαν, καὶ χρίσαν ἐλαίῳ, ideſt, Hos autem post quam famulae lauerunt, & unxerunt oleo: interdum quoque ante, sicuti refert Galenus vj. de ualetudine conseruanda. De Archimede quaedam apud Stobaeum scitu digna leguntur: eum s. abaco incumbentem, & figuras quasdam ducentem a famulis ui abstractum ungi solitum fuisse, atq. ipsum in corpore ita uncto figu- E
ras mathematicas saepe designare, consueuisse. Materia unctionis pro exercitandis uaria fuit. Aristotelis tempore, & oleo simplici, & aqua mixto ungebantur: Is enim quincta problematum particula scripsit, iccirco aquam oleo admixtam, quando exercitatis adhibetur, magis lassitudinem tollere, quam oleum simplex, quoniam ita interius penetrãs exsiccata membra humectat. auctor est Plinius
Lib. 15. c. 4 Graecos uitiorum omnium genitores oleum primos in gymnasia inuexisse, de quo dicebat Anacharsis Scytha esse insaniae pharmacum, quoniam eo peruncti athletae insanirent. Butyrum quoque apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleum, interdum pro ungendis exercitandorum corporibus in usu fuisse
li. 11. ca 14. & lib. 28 c. 9. testatum reliquit Plinius, & post ipsum Galenus: fuit & aliud mix- F
3 de alimẽ. lac. c 15. turae genus posterius inuentum ex oleo, puluere & cera commixtum, quo ungebantur: atque illud ceroma a Plinio uocatum inuenio, quo iuuentutem Romanam corpora exercendo uires animorum amisisse dicit: sicut & apud Martialem libro quarto:

Seu lentum ceroma teris *& libro V.*
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. *& lib. VII.*
Et castigatum Lydiae ceroma palaestrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnasijs condiri odoribus, sed uilissimis consueuisse. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes adhibitis intelligi debent: cum post exercitationes, & post balnea infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum genera tradantur adhibita: quae soli lasciuiae atque libidini inseruiebant. atque haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quã do scripsit, Solonem uetasse seruis unctiones siccas, atq. puerorum amo-

A amorem, non item mulierum coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demũ praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa abauctoribus tradita inuenio. Hippocrates in. 3. de diaeta memoriae mandauit terrarum puluerem oleo admisceri solitum, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. uolumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi consueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent. quam sententiam secutus est quoque Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

B *Auxilium membris calidus infundit arenas.*

Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimũ usum pulueris extitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerẽt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἀφή uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, ἀκονιτί nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenetem scribens.

C *Quis circumpagos, & circum compita pugnax*
Magna coronari contemnat olympia, cui spes,
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae? lib. 1. epist. 1.

Ex quo satis mirari nequeo Budaeum, uirum sane doctissimum, qui in suis ad Pandectas adnotationibus hoc non uiderit, malueritque, ἀκονιτί, idest, ἀνεὺ ἀγῶνος, seu sine certamine dictũ esse. Alij sunt, qui credant oleo exercitatores unctos ad arcenda frigora, & leuandas lassitudines. Galenus sentit oleum tam ad exsoluendam praeteritam lassitudinem, & futuram mitigandam, quam ad praeparandum ad motus conduxisse. quibus ceram additam cum Galeno opinor, quo oleum alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebantur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanescet, neue resertis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquam 6. de tu. ual. c. ult.

Gymnastica C etiam

etiam aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis D unguentis, aut sicci diapasmatis ad comprimendum immoderatum sudorem, ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis.

Quid quod olei grauius mixtum diapasmate uirus.

li.13.c.2.& li.21.ca.19. lib.1. Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum inuenio: est tamen ualde probabile, nonnullos, cum prius seipsos fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterum ab altero uicissim unctum, quod Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiam a seruis gymnasticis, atque reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorem unctionis penetrationem fricantes tandem uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout temporis constitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias frigidum linimentum applicabant: atque haec *omnia* ut pluri- E mum in Alipterio fiebant: Prope quod erat Conisterium, Polluci κονίστρα uocatum, quincta gymnasij pars, in quo positus *puluis* conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

& Aegyptius, quē Romā in hunc usum aduehi solitū refert Sue-
lib.35.c.15. tonius in Nerone, quemadmodū & Patrobiū Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenā tenuissimam non multū a Puteolano pulueredistantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandemq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cū reliquis militaribus cōmercijs portatā. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnā describens loquitur. F

Inquies uicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inseruiebat. ἀφὴν namq. tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus. Cap. IX.

ACTENVS quinque Gymnasij partes, quae etiam in palaestra graecorum a Vitruuio descriptae inueniuntur, Philosophorum exedras, Ephebaeum, Apodyterium, unctuarium, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodem praetermissas, & ab alijs indicatas, partim

Atim ab ipſomet explicatas proſequemur. Erat itaque ſexta pars locus quidam palaeſtra uocatus, ubi (dicebat Lydus ille Plautinus) cur ſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu, pila, ſaliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs, & ubi ſcribit Galenus has exercitationes peragi ſolitas luctam, pugilatum, appenſionem manibus ad funera ſtare pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigere, pondera manibus attollere, & ita perſiſtere, quod genus haltreres uocatum eſt, ſciamachia, & armorum pugna: Galeno uero aſſentiens Oribaſius Pergamenus faſſus eſt non modo has, ſed & alias ſexcentas fuiſſe palaeſtrae exercitationes. Vnde animaduertendum eſt, palaeſtram apud utriuſque linguae auctores multa ſignificare, primo totum ipſum gymnaſium, ut eſt uidere penes Vitruuium, ſecundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneũ, quo pacto locutus eſt Cicero in Epiſt. tertij lib. ad Q.F. prima, &. 2. de legibus, dum uillam ſuam Arpinatem deſcribens palaeſtram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos.

B

Pars in gramineis exercent membra palaeſtris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a ſua palaeſtra exit foras. Tertio certam gymnaſij partem, in qua ex ſententia Plauti, Galeni, & Oribaſij tot exercitationes factas prediximus, & cuius parietum ſordes collectas in panno applicatas furunculos maturare ſcripſerunt Plinius, & Theodorus Priſcianus. in qua ſignificatione accepiſſe Catullum puto, ubi dixit

Albero foro, palaeſtra, ſtadio, & gymnaſiis?
Miſer ah miſer. & Afranius ſcribens,

C

Etiam depellis mihi manum per palaeſtricos, ideſt, Palaeſtrae uſum (ut ait Nonius) callentes.

In Bacchidibus. 2. de tu ualet. ca. 9.

6. collec. c. 14. De Berecithim. li. 1. ca. 36. li. 5 de ſim. med. lib. 1. de legibus. lib. de claris Orat. lib. nat. hiſto. 27. c 4

Quod autem a palaeſtrae muris, ſtatuis, atque columnis ſtrigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae uſus ſeruarentur, abunde teſtati ſunt Dioſcorides, Plinius & Galenus, quae ſtrigmenta quandoq. a ludorum magiſtratibus octingentis ſeſtertijs uendita fuiſſe tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipſam palaeſtrarũ interdum palaeſtram uocari, ſicuti quandoq. M. Tullius pro palaeſtra actiones ordinate, & uenuſte factas metaphorice intelligere uiſus eſt auctoritate Lucilij, cuius hic uerſus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortenſi eſt ad eam rem nata palaeſtra*. nec non Plato in Charmide pro Taurei palaeſtra locum ſignificauit ubi uiri docti ad colloquendum diſputandumq. conueniebant. Ad haec Plutarchus in ſecundo ſympos. palaeſtram uocatum ſcribit locum,

Prob. 4

ubi athletae exercerentur, & in quo solum lucta, & pancratium D non cursus, non pugilatus agerentur. quemadmodum & Galenus quandoque palaestram nuncupauit, ubi athletae solum, & crasitudini corporis studentes exercerentur: Forsan autem dubitauit aliquis an in palaestra hac puluis stratus esset, quoniam Galenus ipsam a loco, ubi puluis erat, separasse uidetur hisce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν τοιαῦτα ἢ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι καθ' ὁτιοῦν χωρίον ὄπικροτον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ παλαίστρας δεῖται: ideſt: Sed & haec absque palaestra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis stantibus fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agunt robori acquirendo incumbentes, uel alto puluere, uel palaestra opus habent. Cui ita respondsum uolo, etiam in palaestra fuisse stratum puluerem, sed humilē, E ac modicum, ita quod duo fuerint loca puluere strata, alterum palaestrae, alterum extra palaestram: in illo puluis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius puluueris in utroque usus erat, tum ut certantes firmius contenderent, neque pedibus laberentur: tum etiā ut qui in terra deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illum pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebant, atque inde robur maius comparabant. Quae omnia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc enim alto puluere locutum puto Galenum, ubi scribit se uidisse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescentem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasium se contulisse: quod ex ijs esset, qui F illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaestra quoque dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasij pars fuit sphaeristirium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cūcta pilae exercitia, quae plurima exstitisse infra demonstrabimus, frequentius, quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceum a Vitruuio descriptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnasijs tamen fuisse multis uerbis ostendit Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnasijs hortisue Sphaeristirium una cum alijs exstructum fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorem Plinium, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utrisq. sphaeristirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque

cir-

2. de tu. ual. cap. 9.

libr. 11. de usu partiū. & li. 3 cau sis procatarticis.

lib. 2. c. 4.

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarum loco confirmari po- li. 2. epist. & 5.
teſt, ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quinctus lib. 17. c. 16
hoſpiti ſuo medico mandaſſe diceretur ut in hortis eius quos Ra-
uennae habebat, in quos omnibus annis ſecedere ſolebat, ſphaeri-
ſtirium & hypocauſta & quaedam ipſius ualetudini apta ſua impen
ſa faceret. Vnde quoque facile conijcitur in ſphaeriſtirio nedum
pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri conſueuiſſe, quã
do & in ipſo Veſpaſianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Sue-
tonius) ſibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae
illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, ſitae erant, ab om
nibus aedificijs nudae, necnon tota periſtylij area quae & ad ſubmi
niſtrandam porticibus, ac cellis lucem factae erant, & ad ſpatian-
dum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaeſtra, nec in
B alto puluere, nec in xyſtis alijsue locis fieri poſſent. Has locum cõ-
culcatum paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuiſſe opinor
it auocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue ſtratae, ſed rudes
& aequato tantum ſolo forent. In his curſum factum exiſtimo, at-
que ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diau-
lodromi formas, atque terminos ibi conſtitutos, tametſi apud Vi-
truuium nil aliud fuerit diaulos, quam peryſtiliorum quadrato-
rum circumitio duobus ſtadijs definita. In ipſis etiam ſaltus, & di-
ſci exercitationes, quas palaeſtrae negauit Galenus (ut mea fert ſen
tentia) interdum habebantur. Nona pars erant xyſti, & xyſta, nam
utraque apud graecos & Latinos non parum diſcriminis obtinent,
ſi quidem xyſtos hi uocant porticus tectas ubi athletae per hiemẽ
& aeſtate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xyſta au-
C tem ſubdiales ambulationes, ubi hieme tempeſtate leni e porti-
cu prodeuntes, & aeſtate fere ſemper exercebantur, ac ambula-
bant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas ſcribit Vitru-
uius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arbori-
bus conſitae ad praeſtandum amoenitatem, atque illis, qui a ſole
offendebantur, umbram. de his loquebatur Plinius, dum plata- lib. 12.
nos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuiſſe ſcribit:
De ijſdem quoque Plinius ſecundus ſermonem habuit quando in Loco cita-
depingendis Tuſcis ac Laurentina uillis ſuis xyſtos toties decan- to.
tat. Nec alium locum intellexit Iſchomacus apud Xenophon- In Oecon.
tem, quando ambulationem in xyſto factam nominauit, ſicuti nec
Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni ſententia ſalubriorem
facit ambulationem in uiis, quam in curſibus ſub hiſce uerbis: Τῷ ,,
δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦ ,,

,, μαι τὸς ϖειπάτες. φησί γ ἀρ ἀκοπωλέρες τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, D
ideſt, Tuo autem, & meo ſocio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe quas minorem laſſitudinem ijs, quae fiunt in curſibus, parere dicit. Id quod ſi Ficinus recte penſitaſſet, melius Platonis uerba in noſtram linguam tranſtuliſſet, ſed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Eaſdem ambulationes intellexit Iuſtinus martyr, cum in principio dialogi ſui dixit: ϖειπατεντί μοι ἐν τοῖς τὸ ξύςω ϖειπάτοις, hoc eſt, ambulanti mihi in xyſti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepiſſe uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputaſſe & in ſuis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum feciſſe ſcribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyſta Graecorum.

E

De Balneis gymnaſiorum, atque etiam de ſtadio. Cap. X.

DECIMA gymnaſiorum pars fuit Balneum, quam ob delicias, atque ſanitatem omnium maxime aeſtimatã fuiſſe certum eſt, quamue cunctis alijs maiorem, & pulchriorem exſtitiſſe opinor ego, tum quia (ut Galenus ſua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tempore Hippocratis, & antiquorum fere omnium uſque ad Aſclepiadis & Pompeij aetatem, quando ut ſcribit Galenus nondum publica balnea, aut priuata accommode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur, non erat: tum quia multis locis balnea indigebant pro uariis lauandorum commoditatibus, quae neceſſario ſpatium maius requirebant, & ob id columnis, ac ſuperbiſ F
ſimis marmoribus exſtruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri uſi ſint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua ſcriptum eſt a Seneca, quod quiſq. pauper ſibi uidebatur, ac ſordidus, niſi parietes balneorum magnis ac pretioſis orbibus refulſiſſent, niſi Alexandrina marmora Numidicis cruſtis diſtincta fuiſſent, niſi illis undiq. operoſa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, niſi uitro conderetur camera, niſi aquam argẽtea epiſtomia fudiſſent. Ne ſtatuarum, & columnarum nihil ſuſtinentium ornamentum ſileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil niſi gemmas calcare uellent. Etruſci balneum a Martiale, & Statio elegantiſſime deſcriptum qui lectitarit, non poterit maiorum in exſtruendis balneis magnificentiam, atque luxum ſatis admirari: ſed de his ſatis. Vt autem de gymnaſiorũ balneis paul

3. com. de uic. acut.

Epiſt. 87.

lib. 6. lib. 1. Sil.

lo

A lo plenior habeatur cognitio, haec in praesentia solum (quando iã Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primã horum commẽtariorum editionẽ uniuersam de Balneis materiam absolutissime tractauit) explicabimus. Primo, qualia essent, & quae loca balneis destinata: Secundo, quaeuasa, & aeris dispositio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauarẽtur: materiam enim, qua lauabantur, plerumq. aquã dulcẽ uel pluuia collectam, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatam omnes sciunt. & quamuis apud Galenum, aliosq. saepenumero de medicatis balneorum aquis mentio fiat, illis tamen aegroti, aut ualetudinarij utebãtur, non gymnasia ingredientes, de quibus solis nos loqui intendimus. nisi immensam Neronis & profusam libidinem in medium adducamus, qui dulcibus nõ
B contentus aquis, marinas teste Lampridio, & Suetonio atque Albulas in suas thermas deduci curauit. Loca balneum uniuersum constituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuisse reperio, frigidam lauationem siue λοῦτρον, frigidarium, tepidarium, sudationem calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inseruiebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & uasarium. Haec omnia loca cõ camerata & fornicũ modo fabricata fuisse cognoscere possunt, qui Romanarum thermarũ reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recenseri, quam a Vitruuio descripta inueniantur, quoniam, quae ipse descripsit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia exstruere coeperant, in quibus multo Graecis lasciuiores, plura etiam loca dispoſuerunt. Frigida lauatio, siue λοῦ-
C τρον, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praesertim piscina, alias baptisteriũ a Plinio iuniore uocitata, pro natationis usu ab auctoribus citata posita erant, tum ob aestatem quãdo similis lauatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequebantur siue ob ualetudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quẽ rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauisse scribit Lampridius. De huius usu plura apud Oribasium ex Galeni sententia uideri possunt in decimo collec. lib. auctor est Lampridius Heliogabalũ numquam in piscinis lauari passum esse nisi illae croco, alijsue pretiosis unguentis fuissent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatum, qui statim post egressum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neque enim ulla ibi aquae uasa reperiebantur, ut possent aestate plures conueniẽte. non defuerunt qui in hac parte piscinã pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. 3. tractabimus,

lib. 3. epist. ad. Q. Fra. epist. 1.

posita fuisse crediderint. At mihi uerisimilius uidetur eam in frigi- D
da lauatione, ubi alia frigida aqua seruabatur, exstitisse, cum in fri-
gidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fie
ri potest, ut loturi exsuerentur quoque, tum quia apodyterium cō-
munis pro exercitatoribus spoliandis locus non parū distabat, adeo
quod loturos, si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephebaeū,
frigidam lauationem, & reliqua loca transire necessum fuisset: tum
quia probabile est in Ephebaeo homines saepius inueniri consue-
se, a quibus loturos haud quaque nudos conspici honestum erat. ex
quo ad haec omnia euitanda facile est in frigidario sese exsuisse, eo
2. de re rus. in pro. 5. epist. lib. 3. de tu. ual. 10. col. c. 6. magis quod Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quam ru
ri apodyterium quoq. fuisse balnei partem, quemadmodum etiam
Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis E
temperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnasterium
temperari debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi
frigidarium ipsum: in quo & sudores detergebantur. siquidem Ga-
lenus. x. Methodi libro partes balnei enumerās quattuor statuit, ca
lidarium, calidam lauationem, quam λοῦτρον uocat, frigidam laua-
tionem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed haec potius
coniectura, quā ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quis-
quā hic dubitare debet quod Vitruuius unam partem, Galenus aliā
λοῦτρον uocent, quandoquidem non est rationi dissentaneū, utrasq.
eo nomine designatas esse, cū in ambabus homines lauarentur. Fri
gidario adnexum tepidariū duobus hominum generibus inseruie-
bat, tum illis, qui tepore aeris aut aquae, uel utriusq. ob uoluptatē,
siue ualetudinem frui uolebant; tum illis, qui aut frigida, aut calida
lauari quaerebant; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad F
calidarium, & rursum a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam
lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horre
rent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebān
tur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabātur,
quousq. ad alterum eorum citra noxam recipiendum sese disposuis
sent. quamquam etiam fieri potest, ut in priuatis balnearijs tepida-
rium, & apodyterium idem locus fuerint, ob spatij paenuriam, uel
quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpina
tem uillam, quae iudicio Quincti fratris sui aedificabatur, inuisis-
set, se assa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouisse
lib. 3. epist. ad Q. F. ep. prima. scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicū,
siue calidam, assamue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem coniun
cta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum coniū

cta

A Cta interdum fuisse saltem post Vitruuij tempora opinamur, etsi is lib. v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullam aquam intra se continens, ad prouocandum sudorē potissimum instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec cōtra sui temporis mores: scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianam cruditatem Laconicis excoquimus, & exucto sudore sitim quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus incluſus sudorem prouocabat, haud aliter, ac super Baias myrtetis, ubi tempore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio incluſus maximos sudores ciebat, cuius Horatius quoque meminit in Epist. ubi ait. Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16. li. 3 ad Q. F. epist. 1. In pro. li. de re rustic. li. 1. ad Vallam.

B *sane myrteta relinqui*
Dictaq. cessantes neruis elidere morbos
Sulphura

Qui apud Vitruuiū Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipsius Vitruuij lectitantes facile cognoscent, utraq. ab ipso separari, dum praecipit Laconicum, sudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeste Celsus laconicum uocat, ubi calor siccus eliciebat sudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clarissime significauit Martialis, balnea Etrusci describens sub his uerbis. lib. 5. c. 10.

Ritus si placeant tibi Laconum,
Contentus potes arido uapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi. Lib. 6.

C Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristirio a nobis superius explicato effecisse. quibus plane assentiri nequeo, quoniā mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus aedificato ludū pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristirio fieri cōsueuisse tradit Plinius, exercerēt: fuisset namq. (ut est in prouerbio) camino oleū addere, si exercitationes per se corpora ualde calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uerba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij: v. Epist. li.

Qui Lacedaemonium propty smate lubricat orbem.

nam taxat quendam, quod in Laconici solio copiose exspuēdo effi ceret, quo minus in ipso pedes ambulantium firmari ualerent. Post Laconicum sequebatur cella calida labris aquae continendae positis referta. in qua quod lauarentur, calidae lauationis a Vitruuio, &

a Ga-

x. Metho. a Galeno λοῦτρον nomen adepta est. hanc puto Archigenem apud D
Galenum viij. de compositi. medicam. sec. loc. uocasse ξεστὸν. Erat
namq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipsa quidquã
est in controuersia positum. Cur Vitruuius in Balneis gymnasiorũ
construendis nullam tepidarij mentionem faciat, cuius, dum pri-
uatorum balnea doceret, aperte meminit, non sum admodum cer
tus. quoniam si illud sub concamerata sudatione intellexit, seque-
retur etiam in tepidario sudari consueuisse, cum tamen in superio-
ri capite sudationes & tepidarium distinxerit; si sub calida lauatio-
ne tepidarium ab ipso comprehensum fuisse placeat. quomodo er-
go calidaria, atq. tepidaria in decimum capitis eiusdem libri initio
tamquam diuersa fecit? Itaque dicendum est forte concameratam
sudationem & laconicum, & calidam lauationem complecti; tepi-
darium uero omissum, quia Graecorum palaestrae id non habe- H
rent. Quod porro scripsit Pollux libro septimo, ἀλειπτήριον apud
Alexim fuisse balneorum partem, nullo modo probare ualeo: cum
idem alias ipsum inter gymnasiorum partes adnumerauerit. nisi uc
limus penes Antiquos βαλανεῖον significasse totum gymnasiũ ip-
sum. Atq. haec sufficiant de publicorum in gymnasijs balneorum
partibus. Fuerũt & innumera fere priuatorũ balnea, quae & aliqui
bus ex praedictis partibus caruisse, & alias habuisse uerisimile est;
sed de huiusmodi non est instituti nostri uerba facere. Quae autem
loca non essent intra balneas, sed ipsis tantum inseruirent, primo
hypocaustum continebant, quod secundum Vitruuij descriptio-
nem erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, cali-
dae lauationi, atque uasario supposita, in qua ad calefaciendum tũ
aquam, tum praedicta loca ignis succẽdebatur, & ne exstingueretur F
a seruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis fre-
33 quenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur. Quarum pilarũ
lib. j. Sil. apud Vitruuium lib. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet solum
caldariorum ita sternendum esse inclinatum ad hypocausim, uti pi
la cum mittatur non possit intro resistere, sed rursus redire ad prae
furnium, atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De his
loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci.

Crepantis
Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem uoluunt hypocausta uaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest, in quam graui errore uersen-
tur illi, qui Hypocaustum, & Laconicum idem fuisse crediderunt.
Auctor est Seneca epist. xc i. tempestate sua inuentos esse parieti-

bus

A bus impreſſos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima ſimul, & ſumma foueret aequaliter: illum uero calorem immitti conſueuiſſe ex Hypocauſto, & a Iuriſconſultis memoriae mandatum eſt, & ab Auſonio in Moſella ſic expreſſum:

Quid quae ſulfurea ſubſtructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber hauſtus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Incluſum glomerans aeſtu exſpirante uaporem.

Horum autem tuborum ueſtigia adhuc quamplurima Romae conſpiciuntur in Diocletiani, atque Caracallae gymnaſijs. Ante hypocauſtum uia quaedam erat propnigeum, quaſi dixeris praefurnium a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atque calidario adnexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continen
B dam aquam ex aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atque inde in frigidam lauationem, & calidam per fiſtulas corriuandam. Non lõge ab hoc ſitum fuit uaſarium, ubi uaſa conſeruabantur balneorum ſeruitijs neceſſaria, & ubi aqua pro ipſis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uaſa ſupra hypocauſtum tria compoſita fuiſſe, unum *calidarium*, alterum tepidarium, tertium frigidarium, & *ita collocata*, uti ex tepidario in calidarium, quantum aquae *calidae* exiſſet, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum. De aere balneorum, qui extrinſecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidiſſimo loco auerſo a Septemtrione & Aquilone ſita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebant. Quod Oribaſium ſignificaſſe puto, ubi ex Galeni ſententia Architectos optimos balneorum domos
C ad octauam horam uerſas cõſtruxiſſe ſcribit. Sin autem natura loci impediuiſſet, utique a meridie: lumen uero ita capiebatur, quod in medio camerae foramen latum relinquebatur, ſub quo labrum exſtruebatur: circa labrum erant ſpatioſi quidam margines, aut porticus, a Vitruuio ſcholae uocati, in quibus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circumſpectantes recte ſtabant, nec ſuis umbris lucem, quae ſuperius capiebatur, obſcurare poterant. De aeris poro intra balneum exiſtentis ſtatu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauiſſimis ſcriptum reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis uſos, ita ut Alexander in lauacro etiam febriens, Galatarumq. mulieres pultis ollas in balnea ferentes una cum pueris lauarentur, & manducarent; at eorum tempeſtate maxime calidas in pretio habitas fuiſſe, adeo quod de illis dicere licebat *Huc Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acherontapetentes.*

lib. 5. c. 10.

lib. 9. coll. Cap. 10.

Epiſt. 87. lib. 8 ſym. prob. 9.

Quales

Quales fortaſſe Neronianae thermae exſtiterunt, de quibus Mar- D
tialis ſic ſcribit libro quincto.

Si temperari balneum cupis feruens
Fauſtinae, quod uix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tempore Galeni, qui paullo poſt Senecam, & Plutar-
chum floruit, balnea uſq. adeo calida in uſu nequaquam fuerunt.
Quinimmo etiam morem illum calidioribus utēdi haudquaquam
tunc omnibus communem fuiſſe, ſed aliquibus peculiarem, pro
Epiſt. 87. comperto habeo: etſi Seneca teſtatur apud ueteres hoc quoque no-
bilisſimos aediles officio functos eſſe, intrandi ea balneorum loca,
quae populum recipiebant, exigendiq. munditias, & utilem ac ſalu
brem temperaturam procurandi: ſed tempore ſuo illud in deſuetu- E
dinem abijſſe, ut balnea tunc ſimilia incendio forent. Vaſa, quibus
lauabantur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae non mo-
uebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in cal
da lauatione, in frigida piſcinae & baptiſteria nuncupabantur: a-
deoq. magna erant, ut etiam in ipſis aliquo pacto natare concedere
tur: atque horum ueſtigia adhuc Romae in aliquibus thermarum
ruinis conſpiciuntur: Quae moueri poterant, tametſi in priuatis
balneis ut plurimū fierent; attamen in publicis quoque, ſed ob pri-
uatorum forſan uſus, exſtitiſſe opinor: & haec diuerſas figuras ha-
buerunt. alia quadratam, alia quadratam oblongam; alia rotundiuſ
culam, alia oualem, ſicuti nunc apparet ex ueteſtiſsimis, quae ad-
huc Romae ſuperſunt. Hic autem unam dumtaxat formam damus,
a Pyrrho Ligorio ex ſuis praeclariſsimis rerum antiquarum monu F
mentis communicatam; quod eam & pulcherrimam, & multis re
bus intelligendis ſagaci lectori accommodatiſsimam putamus.

STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
ORCEOLVM
TRVLLA BAL-
NEARIA
SOLIV

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D
alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce ſcriptis man-
Lib. 7. data leguntur. fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere tentarint,
Lib. 9. qualis Tucca a Martiale ſub his uerſibus deriſus.

Non ſilice duro, ſtructili, ue caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed ſtrage nemorum, pineaq. compage
Vt nauigare Tucca balneo poſſit.

Tongillum quēdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricaſſe, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uerſibus adducti.

Exitus hic eſt
Sat. 6. *Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,*
Qui ſolet, & uexat lutulenta balnea turba. E

Sed eorum ſententiam admodum probare nequeo, potiuſq. credo ſub Rhinocerotis nomine naſutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exſtitit. (de ſanis loquor, & gymnaſiorum ſtudioſis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus ſermonem haberi nō poſtulat locus) Primam balneorum inſtitutionem ſemper fuiſſe exiſtimaui, ut quotidianas ſordes eluerent, poſſentq. mundo corpore cenare, qui ſingulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a ſorditie tuentur, uſus inuentus; aut ſaltem infrequens eſſet, magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie conſpurcabantur, atq. inde uel ſaltem ter, quaterue in menſe, uel, ſi ſemper mundi cenare gaudebant, ſingulo quoque die lauari cogebantur: quod poſteriores, qui in gym- F
naſijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac ſudoribus conſpurcabantur, ad eluendas ſordes factitaſſe ſemper, & ob id in ipſis gymnaſijs balnearum uſum inuectum rationi conſentaneum eſt. ſicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum conſtituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas ſordes ire cogerentur, quemad-
Libro 1. de re milit. modum ſcribit Vegetius: ita, poſtquam gymnaſia ob exercitationes inſtituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora conſtruere. Ab hoc autem uſu etiam ſemel tantum in die cenandi, & in ſtratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copioſe demonſtrabo, conſuetudo introducta fuit. Poſteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem uſam eſſe clare conſtat, & praeſertim tepidis, quibus exſiccatas, &

ab

A ab exercitationibus, uel sole, uel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias usos homines testatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti consueuisse, quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de caussa interijsse, ex relationibus eorũ, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico relatum est; ut non temere Plinius in medicos inuectus sit, quod persuasissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientissimi uero efferentur. In libro de tu.ualet. Aetius li. 6. cap. 10. Lib. 29. cap. 1.

B Summatim ob quattuor causas balnea in usu exstitisse scribit Clemens Alexandrinus: ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγείας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, siue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, siue ob sanitatem, siue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas lassitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀνθρωποποιαφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum somnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robustiores redderentur, calorq. naturalis intro repulsus maior euaderet; ideoque fere post calidas balineas ea adhibebatur. quê usum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Massilienfis, damnato calidorum balneorum usu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, atC que in lacus aegros mergebat. qua de re exstat Senecae adstipulatio, sese psychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribasium) ad prorogandam uitam, multaq. alia praestanda, frigidam lauationem conferre opinati sunt; haec enim de seipso refert Agathinus. Equidem saepenumero a cena cum aegre in somnum delabor, propter aestum, in frigidam descendere consueui; & mirabile est quam iucundam noctem transigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis. Lib. 3 pac. dag c. 9. Li. xxviij. cap. 4. li. x colle. cap. 7. ,, ,, Sat. 2.

Nec pueri credunt, nisi qui nondum aere lauantur.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis. Sat. 6.
Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Quaeritur

Queritur tamen Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi D
Lib. 10. scribit, *Balnea post decimam lasso, centumq. petuntur.*

Quadrantes. Quod forsan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs contingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabãtur: sed praeceteris, phonaschos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam,
3. de comp. med. s. G. & assiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse. E

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Lib. 7. *Vt sit comoedis omnibus una satis.*
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in uno)
Solicitum uoci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, uerpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

Μηδ' ἐ γυναικείῳ λούτρῳ χρόα φαιδρύνεσθαι.

In fine. 2. ope. & die. ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menstruis recrementis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime conueniisse uidetur: ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem saltem

A saltem loco etiam antiquitus lauisse comprobat, qui libro de analogia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cõfirmare uidetur, cuius uerba apud Gelliũ ita leguntur: Pudor enim non patiebatur utrũque sexum simul lauari, sed commoditas cõiungi desiderabat. Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel angustissima, & uilissima exstitere, sed de priuatis esse intelligenda: quemadmodum forsan Vitruuius intellexit, ubi utriusque sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero posterioribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurium probatissimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum seminarum mores carpens haec scribit. lib. 10. c. 3. lib. 5. c. 10. Sat. 6.

B

Grauis occursu, taeterrima uultu
Balnea nocte subit, conchas & castra moueri
Nocte iubet, magno gaudet sudare tumultu,
Cum lassata graui ceciderunt brachia massa
Callidus & cristae digitos impressit Aliptes,
Ac summum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem esse existimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuisse, ibique & exercendo, & lauando sine pudore ullo se uiris immiscuisse. quod similiter eius tẽpestate Martialis confirmauit.

Omnia femineis quare dilecta cateruis Lib. 11.
Balnea deuitat Blatara? &
C *Cum te lucerna balneator exstincta* lib. 3. in Vetustinam.
Admittat inter hustuarias moechas.

Clemens Alexandrinus, qui sub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inscripsit commentario non modo feminas ommunes uiris balneas atq. publicas in usu habuisse testatur, sed omni pudore deposito externis quibusque libidinis gratia sese nudas in ipsis spectandas praebuisse. Quos mores postea detestans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu scripta reliquit. Quid uero quae promiscuas balneas adeunt: quae oculis ad libidinem curiosis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt, quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipsae illecebram uitijs praestant. Cui sententiae multa etiam simillima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae institutione fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perspectum esse potest, lib. 3. ca. 5.

non pauco tempore eum morem & Romae, & alibi perduraſſe, ut D
feminae atque uiri in promiſcuis balneis lauarentur: quando etiã
non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem
ſcribit Dion Caſsius uiros diſcretos a feminis lauari uoluiſſe: ſicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiſcua ſuſtuliſſe, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum pro
hibuiſſe, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando cenſoria lex lata traditur, ut mulieres a promiſcuis balneis abſtinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis
cauſſa intrarent, ſub repudij, & dotis amiſsionis poena: quod poſtea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro ſancito re
ceptum fuit. Qua ratione fieri poteſt, ut balneae aliquae mulie-
bres in feminarũ dumtaxat uſum fuerint exſtructae, quales Agrip- E
pinae Auguſtae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra,
& quas Ampelidem, ac Priſcillam trans Tiberim ad euitandũ forſan hominum conſpectum habuiſſe refert Victor. Tempus lauandi
Epiſt. 87. penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca, ita fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: toti nundinis ſolum lauabantur.
Ceterum poſt M. Pompeij aetatem coeperunt ſingulis diebus toto corpore lauari. Hora uero uſque a tẽporibus Homeri fere a plu-
ribus obſeruata fuit paullo antequam cibus ſumeretur. nõ deerant
Lib. de tre. rig. & ſpoſ. tamen Galeni tempeſtate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipſe rigorem ſine febre uiſum tempore ſuo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari
poſt cibum lauarentur, non eſſe uiſum ſcribit. Vt plurimum autem
maior pars liberorum hominũ prius exercebatur, deinde balnea F
ingrediebantur, nonnulli ſine exercitationibus lauabantur. Adno
In libro de paruae pilae ludo. Lib. 4. tauit Galenus, antiquos poſt pilae ludum calidis balneis lauari con
ſueuiſſe: quod ſimiliter ante illum innuiſſe Martialem eo uerſu ui
deri poteſt.

Redde pilam, ſonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine uis ſola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã
ſignificabatur, quo pilae luſores, atque alij exercitatores ſtatim ac
currerent: alioqui in gelidiſsima Virgine, quam & tactu iucundiſ
Lib. 31. c. 3. ſimam, ſicut hauſtu Marciam, refert Plinius, iam clauſis thermis lauabantur. ſcribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempo
ra numquã thermas ante auroram apertas fuiſſe, & ſemper ante ſo
lis occaſum claudi conſueuiſſe, ipſumq. Imperatorem publicarum

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidiſſe, quo & in nocte paterent. Non me latet quoſdam alijs horis lauiſſe, ſed uel extra gymnaſia, uel in gymnaſijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei, uel conſuetudinis, ut ſcribit Martialis de Fabiano.

Laſſus ut in thermas decima, uel ſerius, hora Lib. 5.
Teſequar Agrippae, cum lauer ipſe Titi Hoc certum eſt, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad ueſperum fuiſſe conſtitutum. cum enim ſemel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipſo opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis teſtatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaeſtris, & Lib. 4.
Octauam poteris ſeruare, lauabimur una. Lib. 11.

B Hadrianus Caeſ. referente Spartiano ante octauam horam neminē niſi aegrum lauari uoluit. quam horam etiam Iulium Caeſ. prioribus ſaeculis ſeruaſſe, conijcere poſſumus ex Epiſtol. Cicer. ad Atticū, ubi de Caeſare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam ſeptimā, nec quemquam admiſit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulauit in litore, poſt horam octauam in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus eſt, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. Sed an perpetuo illam uitae rationem ſeruaret Caeſ. haud clare ex eo loco habetur; quando eius ſolius diei rationem exponit, in qua is ſecundum multorum conſuetudinem uomere deſtinauerat, atq. ob id ἀδεῶς. i. ſine timore, & iucūde ederat, biberatque, ut (quod Lib. 13. Ep. ultima. ” ” ” ” ”

C erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus poſſet, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod ſicuti διαιτητικὴ a Graecis ſimplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum ſpectantibus ſita eſt, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud ſecius ἐμετικὴ, eſt illa ἀγωγὴ, ſiue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata eſt. Tot itaque de balneis gymnaſiorum, ac priuatis breuiter dicta ſufficiant, quorum uſus cum apud antiquiores rarior eſſet, Aſclepiades Pruſienſis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaeſtum trahens, cum ad medicinam ſe contuliſſet, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam ſanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad ſepulturam elatum miro gentium ſtupore, ut Celſus, Plinius, & Appuleius tradiderūt, uiuere cognouerat, breui compa- Hippoc. in libr. de ſal. dieta & ibi Gal. lib. 2. c. 6. 27. na. hiſ. cap. 3. 4. Flor.

raſſet, eorum uſum frequentiorē reddidit. Vndecima, ac omnium D poſtrema in gymnaſijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uolupta le athletas certantes: ſpectabat: nilq. aliud erat, quam hemiſphoerium quoddam, multis gradibus conſtructum, unde poterant commode ſpectatores, qui ſemper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipſum & xyſtum ſeu peridromidas murus intercederet; atque inde per oſtium ex platanonibus gymnaſiorum athletae in arena ſtadij prodirent, & ſi a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen conſentaneum uidetur, uniuerſum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam ſupracitati Capitolini teſtimonio comprobari poteſt) muro concluſum, & propterea a gymnaſio ſtadium muri ſaepto diuiſum fuiſſe. De alijs gymnaſio fere neceſſarijs locis, ueluti lignario, uaſario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaeſtrarum E deſcriptione mentio non habeatur, ad noſtrumque inſtitutum minus pertineat; ſicut nec quomodo ambulationes illae ſubſtratis carbonibus, atque cloacis proximis exſtruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in deſcribendis xyſtis praetermiſſa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exſtructas fuiſſe popinas, quas Iſidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inſeruiſſe, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra eſſent admodum exinaniti, diſſolutiue, haberent, ubi ſtatim refici poſſent. atq. has forſan Plinius intellexit Epiſt. iij. lib. j. quando poſt balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorū gymnaſijs.

De accubitus in cena antiquorum, & ſemel dumtaxat in die cenandi conſuetudinis origine. Cap. XI. F

QVONIAM balneorum explicatorum occaſio iam ſuadet, nosq. ſupra polliciti ſumus de cenandi ſemel in die, & in cena accumbendi antiquorum conſuetudinis origine ſermonem habere; & ſi extra rem noſtram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum eſt, quin ſententiam noſtram in medium proponamus, alias eam libentiſſime mutaturi, ſiquis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi conſentaneam demonſtrauerit. Quod etenim maiores noſtri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & ueſpere tantum ſaturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu uſuri erant, quibus a medicis ueſpere cenare interdictum

fuiſſe

A fuisse scripsit Aristoteles, & exceptis Syracusanis, quos bis in die cibis impleri, quasi res noua esset, addit Plato) satis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobatum est: sed de his fusius & melius in uarijs lectionibus nostris tractatum est. quod similiter fere omnes dum cenabant in stratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare ostendentes, doctissimus Philander in suis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum testimonijs clarum fecit, ut id amplius demonstrandi laborem mihi omnem dempserit. Ceterum unde nam hae duae consuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, siue ex antiquis, siue ex recentioribus ita apposite & diligenter declarauit, quin posteris dubitandi, & plura desiderandi occasionem re-
B liquerit. Quod uel ob rei obscuritatem, uel ob neglectum euenerit, ignoro. Ego sane utrasque illas, & accubitus scilicet, & unius in die cenae consuetudines a balneorum usu manasse existimo. & primo quod ita de accubitu sentiam, pluribus, ijsque non spernendis coniecturis adducor; quarum prima est, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi sedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

ἐς δ' ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα — 1. Odyss.
ἑξείης ἕζοντο, κλισμάς τε τρόνους τε:

id est,

At Proci ingressi sunt, qui mox inde superbi
Ordine sederunt scamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus, eiusq. socius a Menelao hospitio accepti post
C lotionem cenant sedentes.

ἑς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ' Ἀτρεΐδην Μενέλαον:

id est,

Thronis sedebant prope Atridem Menelaum,

sicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti crescente paullatim balneorum usu, una quoque huiusce modi accubitus incrementum, praesertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando scilicet uiri tantum, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & Isidorus ex Varrone testati sunt, accumbebant, nec cum ipsis lauabantur, & si Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuisse legatur apud Athenaeum. Nam & Aristotelis tempore Graecos discubuisse in publicis cenis credi potest ex eius in 7. Politic. scriptis, ubi puerorum in-

3. partic. Prob 32. Epist. ad Dionem.

20 Etym. .. dip. nos.

ſtitutionem tradens Iuuenibus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priuſquam in commeſſationibus cum alijs diſcumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate uſque ad Galeni, atque etiam Conſtantini Imperatoris tempora, cum in frequentiſsimo uſu balnea eſſent, ne dum penes diuites, atque nobiles, uerum etiam quoſcunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes ſimul accumbebant, ſicuti hiſce uerſibus innuit Ouidius.

2. de arte amandi.

Ergo ubi contigerint poſiti tibi munera Bacchi,
Atque erit in ſocij femina parte thori. &,

lib. 1. amorum. Eleg. 4.

Cum premet ille torum, nultu comes ipſa moneſto
Ibis, ut accumbas.

lib. 2. ca. 2.

& ſicuti Valerius idem de aetate ſua ſcribit. Quamquã apud Graecos numquam mulieres accubuiſſe iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerſo ſitu mulieres a uiris accumbentes cenaſſe rationi conſentaneum eſt: non ſolum, quod honeſtatis, atque dignitatis utriuſque ratio ita poſtulaſſe uidetur, ſed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cum uiris accumbentes repraeſentantur, illae certe figura quadam ab ipſis aliquo pacto diuerſa, quaſique ſedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accumbentes, & edentes conſpiciuntur. At quo pacto uiri accumberent, operaeprecium me facturum auguror, ſi poſtquam locus in uitat, breuiter explicuero. Viros enim ſcribit Plutarchus, in principio cenae cubito ſiniſtro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεῖς) menſam, ut plurimum tetigiſſe: quo ſola dextera manu illam circumire poſſent, in fine uero ſe ipſos in latus ita, ut acutam corporis figuram, redderent, uertiſſe. ἐγκατὰ βλῆδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τὰ χώρας ἁπτόμενος. ideſt, non ſecundum latitudinem, ſed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, ſiue ſit Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus (ut magis ſuſpicor) libro problem. primo problem. 82. clariorem facit: ubi inter alias cauſſas, ob quas ueteres in principio cenae arctius accumbebant, hanc eſſe unam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τὲ σώματος diſponebantur: ſatiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebant, capite erecto ac humeris, ſpina uero dorſi modice reflexa, ac reliquo corpore reſupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uerſus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

5. Symp. Prob. 6.

Nam

A *Nam plurima dixit*
In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat Saty. 4.
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad uelaria raptos.

saturati pariter interdum unum in lectus, nonnumquam supra dorsum supini, saepe more sedentium sese componebant. Sertorium enim cum molestas importunorum conuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinum locasse, atque inde facilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud ueteres hunc in modum fieret, praeter allata scriptorum testimonia locupletissimam fidem unicuique facere possunt duae, quas infra ponen-
B das curauimus, picturae, quarum alteram ad tripodem coenantium, ut plerumque solebant, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis communicauit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij uiri optimi, ac bonarum litterarum, omniumq. pulcherrimarum rerum studiosissimi, luculentis aedibus Patauij con
C spicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac namque postrema, non modo sententia nostra, de uera accubitus forma, quam primi forsan omnium Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauissimis uiris, & postremo Patauij Ligorio, absq. marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus, librorumque auctoritatibus tutati sumus; apertissime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perspicuo cognoscitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitum uarijs modis describere aggressi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorum obscura & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarum artium, & antiquitatis amatores in primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidem comparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei quod Plutarchus de loco consulari, nec 1. de symp. probl. 3.
non de tribus tricliniorum mensis disseruit, iam non obscurum est, quam mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani figura. Similiter, & quae ab Horatio de conuiuarum situ uarijs in locis narrantur, non aliunde melius intelligi possunt, praesertim quando scribit.

lib 1. Sat 4. *Saepe tribus lectis videas coenare quaternos* D
E quibus unus auet, quauis aspergere cunctos
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locum dum Lambinus exponeret, cur antiquos consueuisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam asseruerit, sane miror, quasi non sit cuiq. perspectissimum leges exstitisse quae numerum conuiuarum nouem excedere uetabant, sicut & adagium illud uulgatissimum, septem conuiuium, nouem conuicium, attestatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorem praeter exempla maiorum, cum duodecim solemni conuiuio primum accubuisse, ita ut prioribus saeculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto conuiuas discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica, & nuptiales cenas excipiamus, in quibus cum magna hominum E copia cõueniret, nequaquam accũbentiũ numerus seruari pote-
5. Symp. 5. rat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur; quo uel epulum publicum, uel nuptialem coenam repraesentari non est dubitandum. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo. at forsan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponantur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarum testimonia conuiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostendunt, quemq. cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & ab eo mordendo abstinuisse uerisimile sit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenãtis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiqua F rũ rerũ ignari faciant, sine labore conijcitur: quemadmodũ nec ar duũ est pcipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit.

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obsonia tradas*
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & oblata recipere facile erat. sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriae prodidit Varro. f. quo tempore usus camerae *ignorabatur*, uela ad excipiendum pulueren ne super mensas spargeretur, atq.
Lib. 2, Satyr. 8. dapes simul conspurcaret, & conuiuas, solita in triclinijs suspendi, atq. ab Horatio aulaea uocata, his carminibus designari.

In-

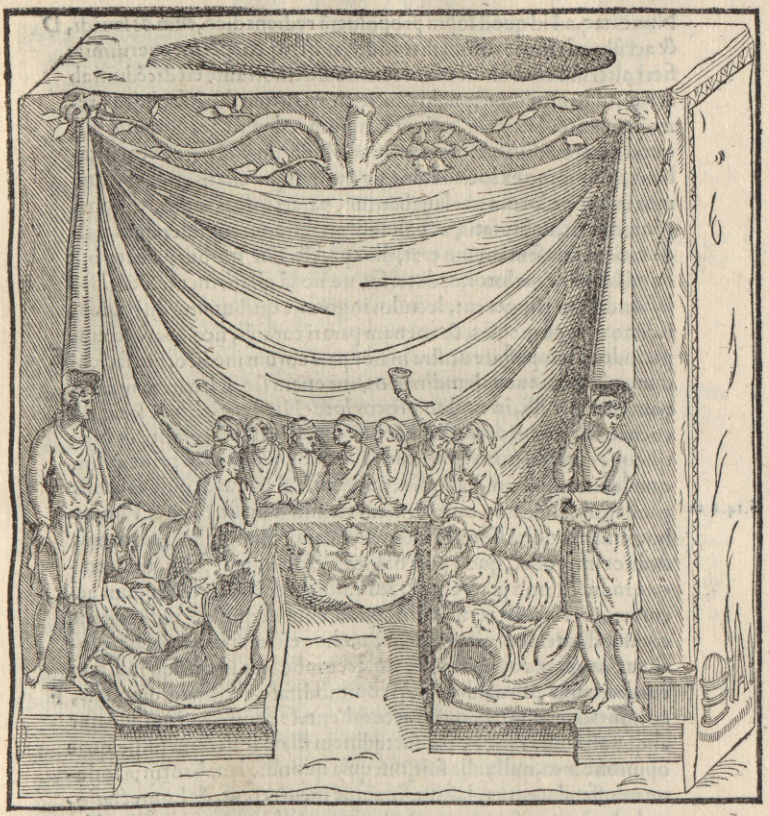
A *Interea ſuſpenſa graues aulaea ruinas*
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo Campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes & Monarchas ſeruare compertum eſt: apud quos, menſas ſub quibuſdam ueluti tentoriis ſericeis parari ſaepe uidemus. Alterum eſt, quod in uarijs noſtris lectionibus docuimus, nimirum priſcis illis temporibus priuſquam coronae ex floribus, herbis, & auro in uſum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compeſcendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire ſolitos. quod minime puto abſq. ratione fuiſſe excogitatũ, cum uenae arteriae, caeteriq. capitis meatus, quo magis coacti, atq. adſtricti ſunt, eo minus uapores a uino, & cibis ſur
B ſum elatos, ſimulque moleſtias uarias inducentes recipiant.

Tertium eſt, id quod luculentiſsime Athenaeus tractauit, apud quem ſcriptum & probatum inuenitur, priſcos illos primum cornibus boum potaſſe, indeq. κεράται, id eſt temperare uinũ aqua ἀπὸ τῶν κεράτων id eſt, a cornibus uocatum eſſe: tum cornua illa non ſolum auro, & argento ornata, uerum etiam argentea, & aurea eſſe facta, illisque conuiuas ſibiipſis mutuo propinare conſueuiſſe: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnuſianum eſſe uetuſtiſsimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, ſeu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clariſsime repraeſentantur, una cum aliis inſtrumentis nonnullis in dextro margine expreſsis, quae aliis, in antiquitate explicanda magis uerſatis, relinquo declaranda; quos etiam
C monitos cupio, ne ſi quae diſcumbentium, & menſarum figurae in hoc ipſo triclinio minus integrae conſpiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut eſt hodie marmor ipſum uetuſtate corroſum, & pene deletum, repraeſentare ſatius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem noſtram ſuſpectam reddere.

Dipnoſophiſton. II

ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Ædibus Rhamnuſianis, poſt Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod ſupra propoſuerã rediens dico, cum & lauãdi, & accũbendi mores ſimul introduci, augeriq. coeperint, ueriſimile fieri, alterum eorũ ab altero ortum duxiſſe: non autẽ eſt dicẽdum ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortum duxiſſe: igitur remanet ut accubitus a balneis principium habuerit. Secũda ratio eſt, quod ueteres uſq. ab Homeri temporib. ſtatim poſt balnea coenitabant, quinimmo ex locis Homeri a nobis ſupra citatis clare elicitur, menſas prope locum ubi lauabantur, parari ſolitas fuiſſe. ex quo ſi cõmoditatis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes conſideremus, ualde rationi conſentaneum erat, illos praeſertim, quibus priuata erãt domi balnea, iam lotos, & deterſos, ne noxã ullam incurrerent, ſed laſſitudinem effugerent, lectulos ingredi, a quibus non diſcederẽt, ſed mox prope menſas, & coenam parari curarẽt, ſicq. comederent, perinde ac tempeſtate noſtra maior pars eorum medicorum faciendum iubet, qui aut ualetudinarios, aut etiam ſanos lauari mandant, nam κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos Homerus ſedere facit, dũ coenãt, haud multum lectulis accubitorijs diſſimiles erant, ut hinc quoque coniicere ualeamus, tunc accumbendi morem principium quoddam obſcurum habuiſſe; quod poſterioribus deinde ſaeculis paullatim creſcens in eam formam terminatum ſit. Nam & Plinius lib. 14. c. 22. hoc innuere uoluiſſe mihi uidetur, quando nonnullos uino nimiũ deditos improbat, quod poſt balnea lectos ingredi prius, tunicamque induere non paterentur; ſed nudi protinus ad bibendum accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neque ob uoluptatem, commoditatemue ullam aliam, aut honeſtatem ita accumbere inchoarint, quando ſi ſedentes, atq. accumbentes in cenãdo inuicem comparemus, illi ualde maiori commoditate, facilitate, dignitate, ac honeſtate utuntur, quam accumbentes: coniiciendum uidetur aliqua alia iuſta ratione conſuetudinem illam inuectam fuiſſe, quae opinione mea, nulla alia fuit, niſi quia quotidie lauabantur; a lotione ne offenderentur, laſſitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atque ibi uel lacerna induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus oſtenduntur, menſas ſibi ipſis apparari iubebant. Ex quo paullatim huiuſcemodi conſuetudine creſcente factum fuit, ut non modo ſemper menſae, & lecti ſimul pararentur, uerum etiam magnum dedecus foret, ſi quis coenans non accubuiſſet, ut Martialis ſignificauit, ubi Syriſcum damnat, quod in popinis ſellularijs non accumbens coenaret. Quod ſi quis ſententiae noſtrae id refragari uelit, quod ueriſimile nequaquam uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis priuatis,

Auatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, semper antea lauisse, quando praesertim, ex Plauto, Terētio, & ex lapidibus Romanis scitur accubituris soccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse; & quādo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt, diuersos exstitisse. Huic primum respondeo, minime mihi plene constare, quod omnes indiscriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domibal-
B neas habebant, quando Horatio priuatam sui ipsius uiuendi ratio- lib 1. Ser. ep. 6.
nem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur,

Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriscus
In Sellariolis uagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed esto quod accumberent, quin etiam omnes lauarentur, minime negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque ali-
C quo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atque nuptialibus conuiuijs, fateor quidem omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiam quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur: immo uerisimile sit, accessuros ad publica, uel priuata amicorum conuiuia prius se lauisse, ne sordibus in die necessitate quadam contractis infecti, ceteros mundiores perturbarēt, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos. Addo huic nequaquam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuisse cenantes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus originem inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram lassitudinem uitandam post modicum temporis interuallum lectos intrarent, atque ibi modo nudi, modo lacernis, aliisue in id paratis uestibus induti cenarent, atque

que inde mox aucta balneorum consuetudine usque adeo accum- D
bendi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habē-
tes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogaba-
lo serunt) in id seperatim exstrui curarint, neque in iis, in quibus
tamen quamplures, (ut de Lucio uero Imperatore tradit Capitolī-
nus, & praesertim pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubi-
cularijs uocatis dormire uoluerint. quem morem accumbendi po-
stea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationem, tam a balneis
lib. 11 de re rust. c. 1. quam illoti, ita frequentissimum effecerunt, ut Columella praeci-
pere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accumbens cenaret; in
qua re non secus contigit, ac euenisse conspiciturin balneis, atque
plurimis alijs rebus, quae in honestum usum, & quasi necessitate
quadam primum repertae, deinceps ad luxum, lasciuiam, uolupta-
tem, aliosque usus traductae fuerunt. Quis est, qui nescíat ueteres E
in cōuiuijs omnes prope excogitasse uoluptates, nihilque reliquis-
se, quod ad deliniendos animos faceret? sic enim sermones conui-
uales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerunt,
ad auditum oblectandum musicae uaria genera adhibuerunt, un-
3. Symp. Prob 1. guenta pretiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs,
6. de symp. cap. de ane tho. floribusq contextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite
2. Paeda. cap. 8. ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testan-
tur, tenebant; quo fragrantia, & colore naribus, atque oculis arri-
derent, somnum conciliarent, ebrietatem uitarent. quantum por-
ro cibis, & potibus delicatissimis conquirendis studium adhibue-
rint, non modo fidem faciunt sexdecim illa eduliorum genera, ut
li. 7. ca. 16. ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romā aduecta,
atque alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerum etiā mul F
ta, & prope innumera Auctorum de re coquinaria commentaria
ab Athenaeo citata. De antiquorum in die semel tantum sese cibis
implendi cōsuetudine, eius etiam opinionis sum, quod cū ad emun
danda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ue
teres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix se-
mel comedendi in die otium ipsis suppetebat: quoniam si priuata
cuiusque negotia spectemus, si & exercitationum, & balneorum,
accubitusq. apparatum consideremus, magna temporis pars ipsis in
sumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere,
aut balnea interdum uentre pleno adire, aliosq. multos errores, &
in ualetudine, & in alia uitae ratione committere fuissent coacti.
Comedendi uero horam, & modum balneorum tempore, atque
4. de tu. sa. commoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelli-

gere,

Agere, qui si interdum ob aegrotantium inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panem mane sumebat, quo cenae tempori sufficere ualeret, quando alij simili de caussa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in caussa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare; praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncq. perspicuū est plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, & cenae antiquorum origine mihi παρεργῶς dicenda uolui.

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum ministris. Cap. XII.

QVemadmodum ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earum facultates, regulas, atque usum scriptis mandarunt: similiter gymnasticam illis nequaquam caruisse constat, qui & ipsam uoluminibus illustrarint, & ab obliuione uindicarint; sed factum est, ut quam iacturam plurimae res hominum subierunt, isti quoque auctores fecerint, quando quidem hisce temporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atque Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima commentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iā dudum pene abolita est, non minus ceteris dignitatis, atque splendoris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata commentaria: quibus dum nos carere considero, non magnopere commoueri ne queo, atque interdum etiam ab incepta

op era

opera ualde deterreri, sed haec dimittentes iam gymnasiorum ministros declaremus, inter quos primum locum tenebat gymnasiarchus cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publicorum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus apud Plautum gymnasij praefectum uocauit, his uerbis: Antelem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasij praefecto, haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere magno Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: Demoliendum curauit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco illi praecrat. Secundum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & deinque cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conijcitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est.

In Ezec.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITAE MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc sententia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ὁ τῆς παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστοφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod

6. Epidim. sect. 8. prope finem

non

A non ſolum ipſe luctaretur, uerum etiam palaeſtrae curam haberet. Agoniſtarcham uero eum fuiſſe puto, qui certaminum publicorum praefectus eſſet, quiue & in amphitheatris, & in gymnaſijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus ſuum obibat. eius habetur mentio in hac uetuſta inſcriptione a Ligorio mihi communicata.

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
B AGONISTARCHA. COM
MODIANVS.

Poſt hos aderat Gymnaſtes, quem Galenus ſecundo de tu. ual. uoluit magiſtrum omnium exercitationum exſtitiſſe, qui eorum uires, ac potentias ad ſanitatem conducentes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quae quibus conuenirent, tam athletas, quam ceteros omnes exercitatores edocebat; eo quod uel medicus eſſet, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi ſi quis ſeruum aegrum medico, aut gymnaſtae uendat, non eſſe redhibendum uult, quaſi uterque languentes ſanis digno ſcere ſcire debeat. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnaſtem appellauit, Plato uero Paedotribam, referēte Galeno,
C uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicū medicum qui primus gymnaſticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita ſcriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματά βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηςῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exſiſtenti inſeruiant. Galenus tamen in conſilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuiſſe tempore ſuo, tradit. Ἀλείπτην quoque ab Ariſtotele 2. Ethic. capit. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: ſi quidem Celſus, ubi dixit ſanum hominem nullis ſeſe legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium niſi gymnaſtam intelligere uoluit; ſicuti etiam Cicero in epiſtola quadam ad Lentulum, in qua haec ſcripta reperiuntur: Sed uellem non ſolum ſalutis meae, quemadmodum medici,

In lib. ad Thraſ.

lib. 3. c. 47

lib. 1. c. 1.

„ dici, ſed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo- D
„ luiſſent. Ex quo Clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, ſanitatem
per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam
comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipſo, uel pro
unctorum magiſtro aliptam accipi ſciam: ut apud Plutarchum in
libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum ſaepius uide
re eſt. quo in caſu Hippocratem ἐξαλείπτην potius dicere uoluiſſe,
notat Galenus in linguarum explanatione. Poſt Gymnaſtem erat
In lib. ad Tharſ. Paedotriba, qui licet ſecundum Platonem ab eo differre non uide
retur, Galenus tamen eos ualde diuerſos fuiſſe ſcribit, dum Gym-
naſtam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo aſsi-
milat, merumque gymnaſtes miniſtrum nuncupat. nam ſicuti mi
les nihil eorum, quae ad bellicam ſcientiam pertinent, & coquus
eorum, quae ad medicinam, nouit, ſed alter Imperatoris, alter me E
dici dumtaxat mandata exſequitur, pariter Paedotriba exercitatio
num omnium facultates ignorabat, gymnaſtaeque praecepta ſolum
faciebat, utpote qui & uſum, & differentias, & modum exercita-
tionum experientia quadam calleret, ſed ob ignorantiam ſaepenu
mero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epi
leptico, ubi dixit difficile fuiſſe prudentem paedotribam inueni-
re. Hanc gymnaſtae, & paedotribae differentiam Ariſtoteles quo
que philoſophus cognouiſſe uidetur, dum 8. Politicorum conclu-
dit, Adoleſcentes gymnaſticae atque paedotribicae tradendos fo-
re: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera
Cap. 3. operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδ' ἐν ἥτ-
τον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην
ἐξιτὴν δύναμιν. Gymnaſtes itaque erat praefectus exercitationū, F
paedotriba uero miniſter, & panifici, coquo, ac aedificatori propor
tione reſpondens, facere panes, obſonia, aedes ſcientibus quidem,
minime tamen, quid in ipſis optimum ſit, quid non optimum, in-
telligentibus, quamue facultatem ipſorum unumquodque ad ſa-
nitatem haberet, non dignoſcentibus. Haec duo nomina apud
Homerum non exſiſtere narrat Galenus: quod, ut antea declarauī-
mus, ſemina dumtaxat artis gymnaſticae tunc temporis apparebāt,
neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex,
2 de tu ual. & miniſter erant. Aderat & Sphaeriſticus, eorum, qui pila ludebāt,
inſtitutor, ac ueluti paedotriba, quique, ſecundum Galenum, om-
nem pilae iactum, exceptum, repulſumue callebat, minime tamen,
quem corpori affectum parerent hi, noſcebat. Aderant ſerui fri-
candis corporibus deſtinati, qui ad praeſcriptum gymnaſtae, aut

paedo

A paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias asperis, alias mediocribus, uario, ac diuerso modo, prout opus erat, corpora fricabant. Post hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celso nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerent ue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: sed decepti sunt, cum alium fuisse ab his ἰατραλείπτην ostenderimus. Mediastini quoque gymnasijs ministrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro seruitijs gymnasiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclarissima monumenta hanc inscriptionem habet, in qua Mediastinorum fit mentio. lib. 3. c. 45.

B
D. IS. MANIBVS. S.
TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

C Aderant serui balneares, lotos in balneis primo cum spongijs, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cũ linteis exsiccantes. hos quoque arbitror ego consueuisse strigilibus corpora exercitatorum distringere, atque a strigmentis depurare. Aderant pilierepi, qui sphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exstingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis lusores pilae, utpote obstrepentes, intelligendos putant, male sententias Martialis & Statij, de quibus nos locis suis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (vt refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praesertim alis pilos adhibebantur: nisi uelimus, ut docti uiri censuerunt, pedierepos, & alipedos apud Senecam legere, quasi in gymnasijs essent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipsos magna uoce singulos enumerarent, ita ut Seneca ab huiuscemodi uocibus offenderetur. quorum tamen sententiam non probo, quod Iuuenalis certo testatum faciat, fuisse Epist. 57.

se in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi seruos suos describens D
Persico ait:

Sat. 11. *Nec pugillares defert in balnea raucus*
Testiculos, nec uellendas iam praebuit alas.

Lib. 14. ca. 20. lib. 29. cap. 1. Atque hos modo uolsellis ad id obeundum usos esse: nunc resina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuisse confitetur Plinius) nunc psilothris, opinor. quando narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas censores, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnasiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant praeterea gymnasijs uariarum rerum uenditores, ut possent illi, qui in ipsis uersabantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos E
adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, crustularij. &, quoniam inter exercendum saepe uulnera, contusiones, contorsiones, luxationes, multaque alia fieri solent, ob id gymmnasia medicos similiter habuisse opinor, qui mane & uespere huiusmodi casibus occurrendi, atque medendi gratia praesto adessent, quemadmodum & in ludis, seu publicis spectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuentae sint hae duae antiquae marmoreae inscriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS. MANIBVS
M. CALPVRNIO. M. F. MEN F
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS. M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PIISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI
MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI
CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS
LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui

A Qui autem essent ludi Matuniti, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum bellus certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuiuis perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autem meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorũ confluebant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina: ut
B iure omnes, & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationem sint insectati. Non est tamen illud ignorandum, scholas quasdam Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham *loci principem*, xystarchum, athletarum magistrum, *gymnastam omnibus exercitijs* praefectum, atque non ignobilem, *cum eorum facultates pro sanitate*, modum, & tempus uten*di acalia* dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, sphaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, pilicrepus, alipilus, Ianitor, fornicator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

C *De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & uitiosa seu athletica. Cap. XIII.*

VICVMQVE artem, aut rem aliquã sibi exacte tractandam proponunt, operaepretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab aliis, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequi uocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq. sint gymnasticae circa eadem fere uersantes: necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus

gymnasticae totius speciem gymnasticam ueram seu legitimam (ut D
Galeni more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemq. habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiã supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, ut homines exercitationum moderatarũ ope, & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, ideſt, Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere. Hoc ita esse quoniam Galenus tũ in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius aliqua ad hanc spe- E
ciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uer bis immorabor, sed ad Bellicam transibo: cuius unũ studiũ erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen propriusillius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, lo- F
cupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum educationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequẽdam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe prosecutus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

in lib. de Philos.

Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodo que addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militaris libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiusce modi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ ἑώλια comminuere solitum scri-
B pst) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri possent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱερὰς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiusce modi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando sacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥᾳδίως πρωτεύσαντες ἀμελῶσι τῆς ἀσθενείας, idest, Quēadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas
C tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uocabantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasijs, uel aliis publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum Iulij Pollucis sentētiam huiusce modi certatores commune habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt simplici nomine uel a fine, qui ἆθλον, siue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τῆς ἄθλης idest a certamine nisi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis hominum incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simpliciter utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in. 3. de Repu.

Lib. ij.

In suas ad bo.ar

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομωτέρας δ' ἔτι- D
νος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθλητάς, ἅς γε ὥσπερ
κύνας ἀγρύπνους τε ἀναγκη εἶναι, ideſt, Elegantiore quadam exerci
tatione, inquam ego, athletis bellicis opus eſt, quos tamquam ui-
giles canes eſſe neceſſarium eſt. & rurſum ſeptimo de republi. τὸ δὲ
δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα, ὡς ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγ
καῖον εἶναι νέους ὄντας; ideſt, hoc autem inter dicendum mihi in
mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes eſſe debere diximus?
Atque alibi ſimiliter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato
athletas appellat gymnaſticae bellicae exercitatores, ſemper appo-
nit, παλεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine ſeptimi de legi-
bus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθλητοῖς, non ob aliã rationẽ, niſi ut eos ab ath
letis ueris diſtinguat. Quare concludens dico, primae, & ſecundae
gymnaſticae profeſſores numquam proprie athletas uocari, ſed E
tantum profeſſores tertiae, quo nomine uere proprie palaeſtritas,
pugiles pancratiaſtas ceteros, gratia praemij certantes, minus pro-
prie uocatos fuiſſe confitetur Galenus primo de alimentorum fa-
cultatibus libro. qui palaeſtritae, & reliqui, cum id ſolum propoſi-
tum haberent, ut ad certamina ſe compararent, in quibus interdũ
totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco
cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiuſmodi eſt ci-
bus ex ſuillis carnibus, quibus ſoli ueri athletae ueſcebantur, atque
tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob
praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuerſi, quod
ſolum uincere, & coronam aſſequi ſtuderent, cum alij uel bono ha
bitui corporis acquirendo, & ſanitati tuendae; uel militari forti-
tudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos ſimpliciter gym F
naſticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex
quo colligitur alium eſſe ſimpliciter athletam, alium ſimpliciter
gymnaſticum, necnon tres fuiſſe artes in exercitationibus uerſan-
tes communi nomine gymnaſticae uocatas, quarum medica om-
nibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud me-
dicos loquor, quod alij forſan hanc primariam effecerint) minus;
tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans,
uitioſa appellata ſit: quaeue robori, non ſanitati operam daret: ro
bur enim diuerſum habitum a ſanitate exigere, teſtis eſt Ariſtote-
les viij. ſect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, ſa-
nitati uero rarum conuenire ſcribit.

De

A *De uitiosa Gymnastica, siue Athletica. Cap. XIV.*

POSTQVAM de bellica gymnastica, atq. etiã de gymnastica simplici, quãtum ad praesens negotium spectabat, satis diseruimus, iam opportunum erit de athletica sermonem habere. quę quoniam temporibus Galeni, atq. etiam superioribus maximam auctoritatem sibi uendicauerat, ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atque impurissimis contumeliosissimisq. uerbis insectaretur. quod quam sapiẽter simul ac iuste fecerit, ex his quae de illius professorum moribus aliisq. conditionibus dicturus sum, facillime clarum futurum spero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticam ab Hercule olympiae inuentam fuisse: ut tota haec ars B duos parentes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atque artem illustrẽ & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen longo postea temporis interuallo, atque prauis hominum moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut uerius κακοτεχνίας, quam artis nomẽ ei conuenisse dixerit Galenus, si quidem illius exercitatores dum spe uictoriae, & praemij (quorũ gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori incrassando, roboriq. comparando nimium incumbebant, mentem etiam crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. unde non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desides uertiginosos, tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratem medicum secutus, qui habitus athletarũ ueluti periculosos, maximisq. aegritudinibus obnoxios ubiq. detestatus est, sicut & Plutarchus eos saxis atq. C gymnasiorum columnis similes effecit, alias item confessus quod Graecis nihil aliud mollitiem, atq. seruitutem inuexerit, nisi haec gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atque relanguescentes ab armis delapsi sunt, contenti pro strenuis, atq. fortibus militibus seipsos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hanc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totam eius naturam breuissima oratione ab Aristotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorũ libro de Agonistica (sic etiã athleticam appellatã superius diximus) haec scripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γὰρ ὁ ταχὺς ἰσχυρὸς ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ τρέχειν, δρομικός. ὁ δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικός, ὁ δὲ ὥσαι τῇ πληγῇ, πυκτικός, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις, παγκρατιαστικός; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος. idest, Agonistica autem corporis uirtus ex magnitudi-

In suas. ad bo. ar.

lib. 7. c. 56.

In lib. ad Thras.

Tertio de repub.

1. Aph. lib.

In lib. de tu. ual.

Cap. 5.

ne,& robore,& celeritate componitur: nam & celer fortis est: qui D
enim quodammodo crura proiicere,& uelociter,ac longe mouere
potest,cursor; qui uero comprimere,& cõtinere luctator; qui per-
cussione impellere, pugil; qui autem utrisq. his, pancratiastes; qui
uero omnibus his,quinquertio est. Ex quibus clare patet athletarũ
omnium institutionem, atque disciplinam huc tantum spectasse,
ut corporis magitudinem,robur, atque celeritatem compararent,
quibus soli ceteros antagonistas superare, & praemio honoreq.
potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus con
tenderent,quinque tamen praecipua erant,in quibus uel semper,
uel plerumq. tã in sacris certaminibus, quam in ludis, amphithea-
tris,& publicis spectaculis, sed praesertim in stadio,quod fere solis
athletis proprie destinatum erat,certabant,lucta,pugilatus,cursus,
saltus,& discus.unde luctatores,pugiles,cursores,saltatores,disco- E
boli nuncupabãtur,qui separatim in singulis pollerent,sicuti Pan-
cratiasta dicebatur, qui in lucta, & pugilatu ualebat; qui uero in
cunctis quinque,pẽthatlus,& uocabulo Romano quinquertio uo-
cabatur. etsi Quinquertiones apud Liuium Andronicum athletas
significare scribat Festus,apud quem etiam perihodon uicisse dice
batur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia uicisset, nomine
a circuitu eorum spectaculorum accepto. Erant postmodum Halte
res, iacula,atque nonnulla alia,quorum quoque certamina athle-
tae obibant,at in publicis ludorum,& sacrorum certaminum cele
brationibus raro illa peragebãtur,una excepta monomachia, quã
Graecos sacerdotes aestatis tempore in Pergamo exercere consue-
3.de art.23 uisse memoriae prodidit Galenus. Quamquam monomachos, si-
ue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuersos fuisse sciã, quod F
M.Cicero testatum fecit Epist. Fam. lib. vij. Epist.1. his uerbis, Nã
quid ego te athletas putem desiderare, qui gladiatores contempse-
ris? De ijs in Digestorum libro 9. t.l. Aquilia ab Vlpiano scriptum
reperio: Si in colluctatione uel in pancratio,uel pugiles dum inter
se exercẽtur alius alium occiderit,cessat Aquilia,quia gloriae causs-
sa & uirtutis,non iniuriae, uidetur damnum datum. unde patere ar
bitror apud Maiores hanc athleticam in maxima existimatione ha-
bitam.cuius ea erat ratio,quod homines semper illas res extollere,
ac honore dignas efficere solẽt,a quibus uoluptates, ac delectatio-
nes obtinere studeant. ob quod cum athletica in publicis ludis ce-
terisq. spectaculis maximas uoluptates publice afferret, in honore
habita atque a multis expetita fuit:quando athletis ludos ingrediẽ-
lib.16.c.4. tibus ut refert Plinius omnes assurgebant,etiam senatus, ijq. sena-

tui

A tui proxime ſedebant, necnō cum patribus, auis paternis a quibuſ-
uis muneribus uacabant, & uictores in patrias triumphantes inue-
hebantur. Ne dicam, quod Euſebius in v. de Praeparatione euan-
gelica multo ſermone damnat ueteres, ſcilicet, eo ſuperſtitionis,
atque inſaniae interdum deueniſſe, ut pugiles, atque athletas in
Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus ſatis cla
rum eſſe poteſt, athleticam antiquitus magnae auctoritatis fuiſſe:
& propterea non temere illam Galenum inſectatum eſſe, dum ani
maduerteret, quātum damni ex ea artis athleticae reputatione hu
mano generi accederet; ſi quidem non modo cuncta animi, uerum
etiam corporis bona ita corrumpebantur, ut nihil inueniri poſſet,
quod maius hominibus, qui gloriae & praemiorum ratione illam
undiq. ambiebant, detrimentum afferret, quemadmo dum Euripi
B des quoque elegantiſſime teſtatus fuit ſub hiſce uerbis.

Gal. in ſua. ad. bo. as.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ' ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους.
Οἳ πρῶτον οὐκεῖν οὐδὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὐτ' ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅς γε ἀνὴρ
Γνάθῳ τε δ' ἄλλος, νηδύος θ' ἥττημένος,
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπεκτροφὴν πατρός;
Οὐδ' αὖ πένεσθαι, καὶ ξυπηρετεῖν τύχαις.
Εὖ θη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκλυρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

ideſt, *Cum mala innumera per Graeciam ſerpant,*
Nullum deterius Athletarum genere eſt,
Qui primum bene incolere haud diſcunt,
C *Neque poſſunt etiam, quo etenim modo*
Quis quis eſt gulae deditus, uentriq. indulget,
Diuitias parabit, ut alat familiam?
Neque item egeni eſſe, & fortunis inſeruire
Sciunt: nam in malis diu uerſati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil eſt meo iudicio, quod magis athleticae ſtatum pro-
dat. Neque tamen defuerunt, qui hanc pernicioſam artem commē
tarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon
Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius pra-
uitate ad gymnaſticam tandem deſciuit. Ne taceam Platonem, quē
Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuiſſe, & ea dimiſſa ad philoſophiam ſe contuliſſe. Sed quia athletas praemij gratia certare, atq. uitam mille necis generibus exponere conſueuiſſe non ſe

7. Aen. in vi ta Plat.

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non ea D dem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerũ, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις, seu donum, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona. Quid autem δόσις Clementi significet, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius exstiterit.

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.

VONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque E Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati nonnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus hominum, quaeue illorum ars foret, & quam sapienter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumelioſa oratione improbare conati sunt. sed, quoniam tota uiuendi ratio in sex rebus, quas non naturales appellare medici uoluerunt, collocata est, uidelicet cibo, & potu, somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atque excrementorum euacuationibus, quomodo in unoquoque horum genere sese gererent, explicabo. Primum itaque in cibo ac potu quadrupliciter errasse conspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatem pertinet, uarijs ci- F bis athletas usos diuersis temporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Lib. 1. Oribasius. quod, ut pingue scerent, factitasse existimo. Quis uero lib. 6. coll. primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitatorem quendam Pythagoram athletis primum carnem comedendam exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Eurameni Samio carnes apposuisse, atque talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumque sit. ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebantur, & praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterum neque uno carnium genere semper illi uictitarunt, quoniam interdum caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta,

quem

A quem Clitomachus Carthaginiēsis nouae academiae sectator prae clarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam procacitatem, & obscenos mores describens ait,

Inter catellas anserum exta lambentes
Partitur apri glandulas palaestritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tū bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cum caseo sine fermento cōfecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirentur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cum Biantes pugil πολύβορος immodice uteretur, eos morbos incur-
B rebat, quos refert in quinto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsan quod crederent ab eo nutrimentum solidum produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus *illis maior* prouocaretur pro conficiendis cibis duris; *anethum enim somnum* prouocare sciunt medici. 4. de re me. cap. 27.

Quantitas *cibi athletarum* quam fuerit ceteris hominum mensuris *superior*, sciri potest ex *ijs*, quae scriptis mandauit Galenus secundo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuisse, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutisse, & panis totidem, uini choas persicasse tres, ac aliquando taurum, quem
C per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope *infiniti* cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exstitisse ferunt; atque hinc perspicuum fit, quam uere Aristoteles 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo *βίαιον τροφὴν*, modo *ἀναγκοφαγίαν* uocauit, quasi plus, quam fere possent, edere cogerentur: qua etiam uoce utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarum esse potest, nisi quod refert Galenus non aeque mane, acuespere cibos ualidissimos accipere consueuisse, sed dumtaxat in cena, non mo- 7. meth.

do

do ratione, uerumetiam experientia docti cibos in somno, quando D
calor magis uiget intus, facilius confici, alioqui concoctu difficilli
mos ipsis, cum ob qualitatem eorum ualde calori resistentem, tum
ob immensam quantitatem. quamuis secus uideatur sensisse Pli-
li. 11. c. 53. nius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quã
somno perficere, ratos somnum ad corpulentiam, quam ad firmi-
Prob. 4. tatem magis conferre. quod si Plutarchus 4. symposiacorum eos-
dem simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatem prorsus
effugisse tradit, eius sententiam ita accipere debemus, ut uoluerit
athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumque, & quan
tumcumque fuerit, usos. quod neque nos negamus, qui supra dixi
mus frequentissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius
suillas carnes. Atqui somno, & uigilia qualem moderationem ce-
teris uitae eorum partibus respondentem athletae adhibuerint, cla B
rissime demonstrauit Plato, eos ubiq. somnolentos appellans. In
motu quoque, & quiete nullam mensuram seruare solitos athletas
testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando scilicet
exercitium τέλειον, siue κατασκλῶ apud Galenũ tertio de tuen.
ualetud. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante
consueuisse narrat. quasi propositum in omnibus tenuerint Hip-
pocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cõtemnere, (labores,
cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudq. unum sibi
3. partic. prob. 5. proposuerint immoderate, semper, & nulla habita regula elabora
re. quod cum Aristoteles intelligeret caussam quaerens, qua me-
diocriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hila-
rentur, Athletae uero pallidi longe euadebant, dixit ideo eueniss e,
quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero labor colo- F
rem cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti me
diocris calore in summa corporis retento leuiter colorem prouo-
cat, & ad corporis superficiem inuitat, ut calefactis, aut pudefactis
In libro de morborũ temporib. accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athle-
tas minime nimirum est Galenum dixisse quinque annis ad sum-
mum ἰσοστενεῖς perdurasse. Iam quoque aeris ipsos nullum discri-
men effecisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerent-
tur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam ra-
tionem haberent. quamuis dum se ad futura cartamina exercerent,
antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manife-
stum est e xystis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitru-
uius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salu
briori aere commodius exerceri ualerent, quo tempore multas pla-

gas,

Agas, ut tradit Basilius Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictu haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptũ sequebantur. Ita etiam apud Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere commodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam leui ex causla certatores omnes excandescant, quantopere uicti tristentur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorum exinanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forent, quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quomodo sese gererent in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Galen. uenerem moderatam esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab omnibus in re medica, uel mediocrter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimenti, & sanguinis copiam magis necesse haberent, quod porro a Venere prorsus athletae obtinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Galenus quoq. testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessariorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperãtiae legem promulgasse, quae adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habens ita scriptum reliquit.

Homilia 54.

Geograph. lib. 5.

8. de legib.

6. de loc. affec. in fi.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus
Perfundit gelida uirgine? ne futuat. lib. 11.

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus. quam rem etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam fusius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athlelib. 34 c. 18. §. Ne tu. ual c. ult.

tae

tae ſegregentur ad ſtrictiorem diſciplinam, ut robori aedificando D
uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucun-
In lib. ad martyres. diore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Ale-
xandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in Commen-
tario ſupra Epitectum intellexit, qui ſtudio coronae athletas a ue-
li. 28. c. 6. nere abſtinere ſcripſit. quamuis alibi Plinius athletas interdum
coitu uti ſolitos ſentire uideatur, ubi eos torpentes reſtitui, uene-
reisq. uocem, cum e candida declinat in fuſcam, reuocari dicit. Hoc
itaque fuit athletarum uiuendi inſtitutum, quod quantum ſanita-
ti detrimentum afferret, ut Hippocratem ſileam, affectum athleti-
cum haud ſecundum naturam eſſe dicentem, argumento eſſe poſ-
In ſuaſ. ad bo ar. ſunt, quae ipſis quotidie euenire ſolita recenſet Galenus, uideli-
In libr. ad Thraſ. cet repentinae obmutationes, ſenſus, & motus amiſſiones, ſuffoca
tiones, uaſorum ruptiones. ut non ſine maxima ratione Diuus Hie E
ronymus athletas nequaquam diu uiuere potuiſſe ſcripſerit, Hippo
cratis & Galeni auctoritate uſus. Igitur non ſatis mirari poſſum
In li 2. aduerſus Iouinianum qua ratione ductus Cornelius Celſus medicus alioqui & eruditiſſi-
mus, & eloquentiſſimus in laterum inueterato dolore uictu athle-
tico utendum conſulat: niſi pro ualido, & firmandis uiribus accom
modato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athle
tarum profeſſione, quoniam ad inſtitutum noſtrum plura dicere
non pertinet, haec ſufficient, ſi unum addidero, quod Clemens Ale
3. li paedagogi. c. 9. xandrinus quaſi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam
honeſtatis imaginem habuiſſe, ut numquam in publicum ad cer-
tandum ſine ſubligaculis prodirent. quem morem ab Hercule pri-
mum inuectum, ſicut a Palaeſtra Mercurij filia pudendos locos ob
tegendi conſuetudinem inter mulieres, quae curſu, & alijs exerce F
bantur, introductam eſſe memoriae mandatum eſt.

Explicit Liber Primus.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. Cap. 1.

POSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originem, nec non uerae, & non uerae differentiam satis explicauimus, consequens est, ut, ceteris nō prorsus omissis, illam praecipue oratione nostra prosequamur, quae ad medicinam facit, & de qua tractationem habere polliciti sumus. Quoniam uero, dum gymnasticae definitionē in medio proponeremus, eam esse artem quandam facultates omnium exercitationum noscentem, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentem indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, ut, quid sit exercitatio, *prius* cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. *illarum* unaquaeq. singulatim explanetur. *hoc etenim facto*, cum ars (dicebat Aristoteles,) sit recta operādi ratio, uidebimus quae sit in obeūdis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarum unaquaeq., uel ad parandum bonū habitum, uel sanitatem defendendam conferat. Exercitationem itaq. definiuit Galenus, secūdo de tu. uale. & ipsum secutus Aetius, esse motum uehementem, anhelitum alterantem, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationem, motum, atq. laborem inter se differre demonstrat: propterea quod motus est res quaedam magis communis, atque pluribus conueniens quam exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nō sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidem fodientes, atque metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiam aliquādo communi quadam appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodum Galenus ab Hippocrate uocatum esse censet, quādo is dixit, Labores cibum praecedant, &, ubi fames, laborandum non est. ibi enim uocem hanc πόνος, quae & dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercitationem significare solet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentētia Galeni, & Aetij nisi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis appella-

6. Ethic.

li. 3. ca. 2.

6. de morb. uulg. cō. 4. tex. 31.

2. Aph. 16. In Onomastico.

2. de tu. ual. lib. 3. cap. 2.

pella

pellatum, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appellatum superiore libro abunde monstrauimus. Sed quoniam posset aliquis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehemēter moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquā integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cū animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequēs est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: nō enim appositum (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens sit anhelitus, semper necessario sequitur motum illum vehementem exsistere. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quoniam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationibus, eas tamen proprie non complectitur, de quibus ad medicū tractare spectat, & nos etiam loqui instituimus: siquidem omnia quatuor causarum genera haudquaquam cōplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. causa cuius gratia. Accedit item illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cum anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti serui cum celeritate dominorum mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimicorum impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicennae definitio haud perfecte totam exercitationis naturam complectitur; sicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum esse membrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definientes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare, proprie est motus corporis humani uehemēs, uoluntarius, cū anhelitu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparādi gratia factus. ita namq. definitio omnes causas comprehendit, atque soli definito cōuenit: uerum enimuero posset aliquis merito a me sciscitari, nūquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo q̄ non libere a uoluntate hominis, sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, si nō proprie, saltem communiter, dum modo gratia sanitatis, uel etiam militaris studij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam suscipiunt. quibus uero ali

Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 1.

6. colle. c. 2

D

E

F

qua

A qua ex condicionibus neceſſarijs deeſt, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, ſiue a ſeipſis, ſiue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipſe mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque ſimilibus a nobis ſemper erit intelligendum. atq. hanc fuiſſe Galeni ipſius ſententiam, eius uerba in ſecundo de tu. ual. ſcripta indicant: ubi ait, eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, ſed etiam exercitari communi ſaltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adſtruit quincto de tu. ual. ca. 11. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽtem, ut etiam uidetur appellaſſe Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a geſtationibus, ambulationibus, & uociferaB tionibus diſtinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationem a graecis γυμνάσιον uocatam fuiſſe, haud ſecus ac locum, in quo fiebat; ambigeret fortaſſe aliquis, num exercitationes, quae extra gymnaſia peragebantur, proprie tales eſſent, an non? cui reſponſum eſſe uolo, definitione exercitationis cum non ſit appoſitus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi neceſſarium fore, & propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia ſanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorũ ageretur, nihilo ſecius exercitationem uocari debuiſſe, atq. debere, quam in gymnaſijs actum. nam ambulationes per uias, pilae luſus, iaculationes, & ſimilia quis ſanae mentis non uocaret exercitationes? etiam ſi ruri, & in uicis efficerentur, dummodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita ſeſe C habẽte, etiam ad gymnaſticam facultatẽ de exercitationibus omnibus ſiue in gymnaſijs fiant, ſiue extra tractationem ſpectare dicẽdũ erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obſeruãtiſſimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tẽpore ſuo exerceri ſolitas fuiſſe in 4. de loc. affect. libro ſcriptum reliquit.

De Gymnaſticae medicinae diuiſione. Cap. II.

RACTATVRI medicinae gymnaſticam, quid ſit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nũc nobis propoſito ualde conſentaneum eſt, gymnaſticam ipſam partiri. ex qua diuiſione ſeſe clarũ offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium ſingulas antiquis uſitatas ſpecies incedamus. Quod enim huiuſce gymnaſticae uerum, atq.

atque praecipuum principium a natura acceptũ sit, animantia bru- B
2. de leg. 2. ď tu. ua. ta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem illa statim ac in mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbecilliores ad fruendũ hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur; atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post modum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiũt nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatam ab ipso gymnasticae diuisionem in mediũ proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species appositе contineantur, E
quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere contigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui non minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuisse, nec usquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uidetur. Plato igitur libro de legibus. VII. ubi demõstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui F
pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametsi Plato de gymnastica bellica dumtaxat sermonem habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, fine solum differens, nec prorsus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemq. conseruare intendit sicut medicus, sed alium finem addit, nempe ut eius exercitationis medio ad bella gerenda

aptiores

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus ſecundum Platonem gymnaſticam diuidi in ſaltatoriam, atque palaeſtricam, ſub nomine palaeſtricae intelligentes uniuerſam illã exercitationum ſeriem, quae uel in palaeſtra gymnaſiorum, uel in loco palaeſtrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnaſtica facultas quaedam exſiſtat, ut ſaepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noſcit, & eis utendi modos, ac regulas ſanitatis, aut boni habitus gratia praeſcribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud ſunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a ſaltatoria, aut a palaeſtrica deſcribuntur, praeſiniunturq. id quod forſan Galenus innuere uoluit, quando in ſecundo libro de muſculorum motu ſcriptũ reliquit: ὀρχηστικούς καὶ
B παλαιστικοὺς ſolos facile crura flectere: neque enim ſum neſcius (ut paullo ante dixi) minime hanc gymnaſticae diuiſionem perfectam exſiſtere, neq. ab illa ſingulas exercitationum ſpecies comprehendi poſſe, quoniam ambulatio, equitatio, & ſimilia gymnaſticae exercitationes ſunt, nihilominus ſaltatoriae aut palaeſtricae nequaquam ſubſunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauiſſimo auctore traditam aliqua ex parte ſequemur. quod ſi nos etiam eam magis illuſtrantes dixerimus gymnaſticam duplicem eſſe, alterã, quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaeſtricam, tum in ſaltatoriam diuidi, non modo cum Platone ſentiemus, uerumetiam ipſius rei ueritatem fortaſſe aſſequemur; ſi quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam ſub ali-
C qua praedictarum ſpecie contineri non oſtendam. Nec quidquam ſententiae noſtrae obſtabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς inſcribitur, (ſi is eſt Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) ſub alio artis genere palaeſtricam, & orcheſticam, ſub alio medicinam, cuius partem gymnaſticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de ſaltatoria, quae erat huiſmodi nicae ſpecies, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; ſimiliter & de palaeſtrica uitioſa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno ſtatuimus. non autem de palaeſtrica, neque de ſaltatoria a Platone, & a nobis intellectis.

VM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaestricam partiatur, ne confusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriam, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticā adnectemus, quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atque Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, E quomodo etiam tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hanc, κυβίστημα uocauit Lucianus. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pila saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

σφαίρητε γὰρ ἔπαιζον δὲ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇ σι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἦρχετο Μολπῆς.

ideſt: *Ludebant pila, uittis uellisq. remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis ulnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos F simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quāuis maiores nostri ut plurimum uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tēpora perdurat; nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, *locupletissimum* testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremq. uocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, modo depressionibus, modo inclinationibus hostilium incursuum in

uasio-

A uasiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percussores simulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magistros haberi, qui mercede publica conducti uiros simul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti accessurum ad adipiscendam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnastica inter ceteras exercitationes habuerit ali quando saltationes, comprobari potest ex Plinio, qui Stephanionem togatae saltationis primum inuentorem utrisque saeculari-bus ludis, & D. Augusti, & Claudij Caesaris saltasse memoriae prodidit: quemadmodum & Plato loco nuper citato saltationem a nobis mediam, ab ipso ἀμφισβητουμένην nuncupatam in sacrificijs, atque expiationibus fieri solitam, quam a Mantinensibus, & Arcadibus coram Cyro factam refert Xenophon, tradens, aperte insi-B nuare uidetur, athleticam, cuius & ludos & sacrificiorum celebritates esse iam decreuimus, saltatoriam habuisse. Galenus porro nec medicinae gymnasticā saltationes a se respuisse tamquam sanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in secūdo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini restitutos a se luctis, pācratijs, saltationibus, atque alijs huiuscemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus pariter testatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad sanitatem conferentes hanc ponit, mediamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atque senibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile est, conducere scribit. An uero haec ea sit saltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, siue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in prosperitatibus, & in moderatis uoluptatiC bus temperati exsistere scripsit, haud tuto affirmare audeo. sat sit nobis hactenus ostendisse nullum gymnasticae genus hac saltatione caruisse, in quam & in palaestricam exercitationum artem a Plato ne diuisam esse iam diximus.

lib. 7. c. 48

li. 6. de Cyri Exped.

cap. ulti

Orib 6. collec.

De Sphaeristirica. Cap. IV.

SALTATIONEM in cubisticam, sphaeristicam, & orchesticam, siue communi nomine uocatam saltationem diuisimus, quarum unaquaeq. iam nobis fusius declarāda foret. Sed quoniam de cubistica a'b auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omissa illa, reliquas duas prosequemur. Atque primo sphaeristica sese offert, quae tametsi Homeri temporibus simplicior esset, attamen posterioribus saeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαι- D
ριστήριον, quam praefectum σφαιριστικὸν uocatum habere meruerit.
Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
lib. 7. c. 56 scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam
hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam
ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum
facit: Hippasus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum
istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequea
mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc lu-
do commentaria non habemus, quibus fortasis & tantae uarieta-
tis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera
certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq.
scriptores non parum confusi fuerint, atque interdũ a ueritate lon
ge recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clario E
rem, minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebi-
mus. Pila itaq. ludendi genera quatuor dũtaxat apud graecos exsti-
tisse reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, πεπὴν σφαῖραν, καὶ
κώρυκον, siue paruam pilam, magnam, atq. pilam inanẽ, & corycũ.
repono corycũ inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius,
& Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabi
mus, uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundũ Antyllũ
tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui
exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes ma
nus manibus proxime admouebãt. secũda erat pila maiuscula, qua
cubitos cubitis ludendo immiscebat, nec corporibus mutuo haere-
bat, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter ua-
rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur. tertia erat pila ad- F
huc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, &
in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilam e-
mittebant cũ uehementia, & concinnitate. inter has species adnu-
merari debere genus illud iudico, quod penes Athenaeum ἁρπα
στὸν & φενίνδα uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pi-
lae ludo simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tũ quia Cle
mens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum
paruae pilae, & praesertim φενίνδα, exercitationem esse uiris ualde
accommodatã, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarũ
facit: εἶδα καὶ σφαίρη τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φενίνδα παιδιὰν ἐν
ἡλίῳ μάλιστα. quod & a Polluce cõfirmatum inuenitur, ubi etiam
harpastum uocatum innuit. huius etenim inuẽtorem exstitisse Pha
naestrium paedotribam, scripsit Iubas Mauru sius, cuius item descri

ptionem

Aptionem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαῖραν λαβών, τῷ μὲν δίδωσ' ἕχειρε τὸν δ' ἔφευγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξεκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν πάλιν κλαγγηταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum istũ Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludẽtes sibi ipsis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo inuentore, aut ἀπὸ τῶ φενακίζειν, ideſt, a decipiendo, quoniam alio simulantes in aliã partem mittunt, decipientes credulũ, sicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, epiſcyrum luſum fieri ſoliti tũ, ubi paribus ad pares in duas turmas diſpoſitis, media linea educebatur, quam ſcyrum uocabant, cuiq. pilam impoſitã quiſq. contẽdebat, ut intra alias duas lineas poſt utrorumq. ordinẽ deſcriptas aduerſariorum, metas ſcilicet, immitteret, nimirum quibus contactis a pila uictoria haberetur. nam luſores dum pilam capiebant, at B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis uocibus eleuabant, ſiue euertebant, ueriſimile fit ſpectatores, atque etiam ſeipſos magna delectatione affeciſſe, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operã dabant. unde Demoxeni concinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundẽ explicaturus haec prodidit: Νεανίας τίς ἐσφαίριζεν ὧν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῶος (θεὰς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπείποτ' ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ δίδους, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἢ δ' εὐρυθμία τὸ τ' ἦθος. ἥτε τάξις: ὅσῃ ἐν τῷ τὶ λέξῃ ἢ πράττειν ἐφάνετο. πάρα ἔτι κάλλος. ἄνδρες, ἀτ' ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὐδ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄτιμόν ἐστ' ἐλαθεῖν, εἰ πλεῖω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' ἐκ ἐμοί ὑγιαίνειν δοκῶ. ideſt, Iuuenis quidã annis fere decem, & ſeptem natus pila luſit, Patria erat Cous (nam C illa inſula Deos producere uidetur) qui cum in ſedentes intueretur uel pilam capiens, uel tradens, omnes ſimul clamabamus: quãta autem concinnitas, ordo, ac uenuſtas dũ aliquid diceret, aut faceret, ſupra omnẽ pulchritudinem exſiſtit. O uiri, neq. umquam antea audiui, neque talem uenuſtatem uidi, certe aliquid mali cõtigiſſet mihi ſi diutius ibi permanſiſſem, neque multum mihi ſanus uideor. Ex quibus Demoxeni uerbis pilae luſores compte, & concinniter ludere ſolitos perſpicuum efficitur. Hae itaq. ſunt pilae paruae ſpecies, de quibus a Graecis mentionem habitã ſcio, & in quibus Epigenes philoſophus, nec non Cteſibius Chalcidenſis philoſophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludendi gratia exſuebantur, multum excelluiſſe dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo ſcilicet ſeſe reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequã ter-

3 Paed. lib. cap. 10.

athenaeus 1. Dhipnoſophiſt.

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. D
ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerũ etiã
ex manuũ figura a superioribus diuersos effecisse, Oribasius ex An
tyllo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore,
hoc tamen ambo commune possidebant, ut sicuti in ceteris praedi
ctis lusores summas manus semper humeris humiliores, ita in hac
semper capite altiores tenerent, quandoq. etiam summis pedibus
ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. saltabant, cum
scilicet pila super eos ferebatur, in quã proijcienda uehemẽter bra
chia agitabant. Inanis porro, siue uacua, quod tertium pilae genus
fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen
coniectura ex Antylli uerbis assequi licet, credo hanc pilã, quemad
modum & ceteras, ex corio consutam fuisse, in hocab aliis differen
tem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec solo uento, siue E
aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipsa difficulter lude-
retur. Corycus uero quis esset, quomodoue ludus ille perageretur,
cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius oratio-
nem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se habet.

Κόρυκος δὴ μὴ τ̃ ἀθενες έρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύ-
ρων, δεῖ δὲ τ̃ ἰσχυροτέρων ψάμμυ, τὸ δὲ μέγεθος αὐτ̃ ῥως τε δύνα
μιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάνυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνω
θεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τ̃ γῆς τοσοῦτον, ὡς ε τ̃ πυθμένα κατὰ τ̃ ὀμφα-
λὸν εἶναι τ̃ γυμναζομένυ, τοῦτον δὲ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις ἀιω
ρεῖσι, τὴν μὲ ῥωτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὡς ε ἐπεμβαί-
νειν ὑποχωρεῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθεμένυς
ὑπὸ τ̃ βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τ̃ χειρῶν ἀπώσαν
τες, ὡς ε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ τῆς προ- F
σελεύσεως: τὰ δὲ ὧς ατα τὰ δὴ πλεῖσον οἰκίσαντες αὐτὸν ὑποπέμ-
πεσι, ὡς ε ἐκ τ̃ προσόδυ, εἰμὴ σφόδρα προσέχοιτο ὑποτρέφεσθαι.
ποτὲ μὲ ὧν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνεσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ
στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ὑποτρέφοντες κ μετά-

lib. 6. coll. φρενον. id est, Corycus in corporibus imbecillioribus grano ficul-
" neo, aut farina, in robustioribus arena impletur: eius uero magni-
" tudo ad uires corporis, & ad aetatẽ accommodatur, suspenditur au
" tẽ in gymnasij superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut fun
" dum ad eius qui exercetur umbilicũ pertineat, hunc utrisq. mani-
" bus tenẽtes qui exercentur, primũ quidẽ quiete, postea uero uehe-
" mentius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum
" redeunti cedant uiolentia compulsi, postremo uero eum e mani-
" bus reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori

aduentu

A aduentu ſuo occurrat, ad extremũ uero in ſedem ſuã ſaepiſſime re- ,,
ſtituendo dimittunt, ut ex congreſſu ſi non ualde aduertant, retro- ,,
cedat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dũ propinquat, ,,
quandoq. uero pectore manibus paſſis, quãdoq. uero ijs ad terga re ,,
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametſi figurã Coryci ut pote om- ,,
nibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen aſſe-
qui poſſumus & ipſum ſphaericũ, aut ſaltẽ rotũdum ex materia co-
riacea exſtitiſſe, alioqui ſi angulare fuiſſet in occurſu & manus, &
pectus non ſine laeſione percuſſiſſet. Haec autẽ ſi uidiſſet Fuchſius,
ſane intellixiſſet, Valeriolam non ſine ratione aduerſus ipſum con-
tendiſſe, ſollẽ & corycum paullo minus, quam caelũ, & terram di-
ſtaſſe. De hoc intelligẽdum eſt adagium illud, πρὸς κόρυκον γυμνάζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Theſſalia certatũ eſt. De
B hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, ſiue Polybus, ubi κορυκομαχίαν, falſo a Cornario follem interpretatam, ad attenuan-
dum corpus probauit: quemadmodum & eandem intellexit Are-
taeus, ubi pro elephanticorum exercitationibus κορυκοβολίας pro-
bauit, quas bonus ille interpres, neſcio quo ſpiritu, perae, aut facu-
li iactus, inepte ſatis tranſtulit. Eandem quoque intellexiſſe Coe-
lium Aurelianum exiſtimo, cum ad polyſarciam diminuendã cory-
comachiam (ſic enim legendum eſt) commendauit ijſdem prope
remedijs uſus, quae ab Hippocrate loco citato propoſita ſunt. unde
argumentatus ſum, Auctorem ſicuti cetera, ita & corymachiam ab
Hippocrate mutuatum eſſe. quamuis textus iudicio meo deprauatus ſit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appella-
ri, cenſuerunt aliqui: quorum ſententiam poſtquã in ſuperioribus
C refutauimus, nil aliud dicendum eſt. Atq. haec de quattuor pilae lu-
di graecorum generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila ina-
ni, & coryco. quae omnia diuerſa inter ſe exſtitiſſe, non modo ex
deſcriptionibus nuper allatis manifeſto cõſtat, uerum etiam ex Ga-
leni uerbis in ſecundo de tuenda ualetudine ſcriptis: ubi inter cete-
ras gymnaſiorum exercitationes corycum, pilam paruam, & pilam
magnam, ſeparatim recenſet, ſicut & Paulus Ægineta ipſum imita-
tus. quod profecto non feciſſent niſi quaedam inter ſe diuerſa exſti-
tiſſent pilarum genera, & diuerſae etiam cum ijs factae exercitatio-
nes. Quae nũquid omnes in Graecorum gymnaſijs exercerentur,
parum ſcire refert. ſat ſit intelligere, medicam gymnaſticam, atque
bellicam, & praeſertim pueris edocendis incumbentem pilarum ex-
ercitationes uſurpaſſe, neq. ad ualetudinem, ac agilitatem compa-
randam, augendam ue eas ceteris inferiores exiſtimaſſe. Admirari

autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas exD
ercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medi-
casq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictū est a
nobis: quoniam & ueterum, & recentiorū tam Graecorū, quā Lati
norum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιὰς,
& ludos uocarent, aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur,
ut plurimū fierent, aut quod illi, qui exercentur, non serio, sed ioco
agere uideantur, siue gratia sanitatis, siue alterius rei id efficiāt. ludi
uero, quos athleticae esse nos dicimus, ita proprie uocabantur, quo
niam solatij, & uoluptatis solius gratia in otiis festiuis agebantur.

De Pilae ludo secundum Latinos. Cap. V.

POSTQVAM pila ludēdi Graecis usitata genera satis expla E
nauimus, supereſt & ea, quae a Latinis & in usu habita,
& scriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibus
ambo conuenerint, & in quibus diuersi fuerint, perspi-
cuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiā apud
Latinos, quibus ludebant, inuenio, follem, trigonalem, paganicā,
& harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio
Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila ma
gna ex aluta confecta, soloq. uento repleta, quae si maior erat, bra
chijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur, ut
apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam uidebis Ro-
mae in foro ante ianienas pueros pila expulsim ludere; & apud Pro
pertium lib. 3.

Cum pila ueloces fallit per brachia iactus, F

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat. lib. 2. Sat. 2.

Seu pila uelox
Molliter austerum studio fallente laborem,
Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani
tertij Imp. Rom. nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex qui
bus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam ha-
buisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas
adhibitum esse, ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque sa-
crificatorijs uasis colligere non est difficile.

HYGIA

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, ut apud D
Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã;
uocabatur. Interdũ quoq. hanc eandem pilam Folliculum appella
tam credo, ſicuti a Suetonio in uita Auguſti, quem hoc pilae ludo
ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit.

Plumea ſeu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec conſueretur, & non pluma,
ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij re-
ſpondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixiſ-
ſe. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque ſenes alioqui imbeci-
les inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea
idem Martial. alibi ſcriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle ſenes. E

Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent,
non modo leuis pila efficiebatur, uerum etiam dicatus luſui locus
nullis lapidibus aut lateribus ſternebatur, ne laberentur pedibus
ludentes, &, ſi forte lapſi eſſent, ex caſu damnum nõ paterentur, &
propterea, cum ſolum minime pauimentatum foret, ex continuo
terrae attritu puluis excitabatur: quamquam etiam fieri poteſt ut
pauimento luderent, ſed puluere humili & exiguo illud adſperge-
retur, ita ut pilam reſilire non impediretur, atq. ludentiũ pedes ma
gis firmarentur. Nã in puluerulento ſolo fieri hanc exercitationem
conſueuiſſe, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenen quendam ex
Thermis ob delectationem exire neſcientem in hunc modũ carpit:

Effugere e Thermis, & circa balnea non eſt,
Menogenen, omni tu licet arte uelis,
Captabit tepidum dextra laeuaq. trigonem, F
Imputet exceptas ut tibi ſaepe pilas,
Colliget, & referet lapſum de puluere follem,
Et ſi iam lotus, iam ſole atus erit:

Numquid autem ludus iſte fuerit unus ex ijs, quos ſuperius ſecun-
dum Graecos auctores enarrauimus, uariae ſententiae fuerũt. Alij
enim crediderunt pilam magnam Graecorum, & follem Latinorũ
idem fuiſſe, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in. 2. de tu. ua
let. corycum follem traduxiſſet, in ſexto poſt modum libro magnã
pilam iterum follem tranſtulit, quaſi corycus, & pila magna non
differret apud Galenum, qui expreſſe & pilam paruam, & magnã, 2. de tu. ual.
& corycum diſtinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follem
Latinorum fuiſſe: atque hanc opinionem maior pars recentiorum

ſcri

A scriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasium caput Coryci, de folle pugillatorio inscribendum iudicarunt. sed hi omnes magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follem & magnam pilam idem fuisse, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera est, quod ludentes magna pila semper summas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera est, quod Oribasius ludum pilae magnae non modo aegrotis, sed etiam conualescentibus, atq. bene ualentibus inutilem iudicauit, quorum neutrum habuisse follem, facile est ex superioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuisse existimarunt, multis rationibus & ipsi errasse deprehenduntur. Primo, quoniam corycus e culmine gymnasiorum suspendebatur, follis libere emittebatur. Secundo corycus ficulneo
B grano, aut farina, aut arena implebatur, follis solo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem superius a nobis ex Antyllo descriptam fuisse crediderunt, quibus ego libenter assentirem, nisi Martialis dixisset, follem mitiori aetati conuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationem non admodum facilem, neque aptam, & ideo omittendam esse censuisset. Colligo igitur ex his omnibus, quod cũ follis neque *inanis pila* Graecorum, neque magna eorundem, neq. corycus fuerit, eum illos ignorasse. nemo enim est, qui paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerunt nonnulli, ubi ea exercebãtur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentium (quod magis credibile est) numero, figura, & situ. hanc esse aliquando pilam simplici no-
C mine appellatam inuenio, ut apud Martialem libro septimo.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
Non harpasta uagus puluerulenta rapis.

Si enim sola quattuor pilae genera facimus, necessario cum ceterae nominentur, Trigonalis sub pila simplici complectetur: de hac similiter locutum credo Celsum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilam, & reliqua superiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuscemodi ludo partes inferiores fere semper firmae manebant, superiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero peragere retur exercitatio ista, facile conijcere possumus ex Martialis uerbis, in quibus demonstrat, lusores ita triangulari situs figura colludere solitos, ut manibus utrisque modo sinistra, modo dextra pilam uicissim lib. 1. c. 6.

ciſſim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo D ſummam ludentium laudem fuiſſe ueriſimile ſit, ſicut in lib. 7. ubi Polybum quendam laudat ob agilitatem ſiniſtrae manus in iaciendа excipiendaq. pila.

Sic palmam tibi de Trigone nudo
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis ſiniſtras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro. 14.
Si me nobilibus ſcis expulſare ſiniſtris
Sum tua, ſi neſcis, ruſtice redde pilam.

Ex his mehercle patet conſueuiſſe trigone ludentes a ſe inuicē modo mittere, modo excipere pilam, modo ſiniſtris, modo dexteris, eo prope modo, quo noſtrates pila parua ſupra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae luſum deſcripſit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco ſupra citato, tum lib. 4. E

Seu lentum ceroma teris, tepidum ue trigona:

haud ſatis mihi conſtat. attamen, ſi quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixiſſe, uel quod homines ludendo ob uehementem utriuſq. manus laborem, & aſſiduo motus pilae tenore magis incaleſcerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnaſijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuiſſe, ueriſimile uideri poteſt: cum ſupra tum ex Galeni, tum ex Martialis ſententia demonſtrauerimus, poſt pilae ludum ſtatim conſueuiſſe balnea calida ingredi. Niſi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixiſſe, quia ex continuo motu pilae in manibus ipſa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro. 1. in Elegia Ianuae conquerētis F dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo ſupra ipſum ſtatu tepeſceret.

Nulla ne finis erit noſtro conceſſa dolori,
Turpis, & in tepido limine ſomnus erit?

Exemplum trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. Aurelij Antonini apud Byzantios excuſſis hunc in modum apparet. Quem item ludum in ſacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi ſolitum, memoriae proditum eſt.

ΠΥΘΙΑ·ΑΚΛΕ

Succedit paganica pila sic appellata, quod esset uulgaris admodum, D
c i n uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu habe
retur. Nam Dionysius antiquitatum libro 4. refert, Romā in quat-
tuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitato-
res Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis paga
nica pila denominata sit, parum referre credo. sat est, pilam fuisse ex
corio pluma repleto, trigonali latiorem, non ita tamen ut est follis,
laxam, sed duriorem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi
quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tan-
to difficilius, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia
comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma
replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed undequa
que durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmo-
dum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit libro 14. E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa est, & minus arcta pila.

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follem, aliquā-
do trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari
hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitatio-
nem in usu exstitisse, ut idem Martialis lib. 7. testatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes.

Nam cum saepius a nobis indicatum sit consueuisse fere omnes, qui
sese in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps sta
tim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter cete-
ros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea praeparato-
rios paganicam quoq. adnumeratam esse. Vltimum & quartum La F
tinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis simili tu-
dinem idem prorsus uidetur quod ἁρπαστὸν Graecorum: erat enim
pila, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius uero magnitudinis,
& ex qua materia foret, haudquaquam ab ullo auctore explicatum
habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpa-
„ stum rotundum fuisse. τὸ δὲ καλούμενον ὑπὸ τῆς σφαίρας ἁρπαστὸν,
„ φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ παντων μάλιστα ἀσπάζομαι: idest, Lusus au
tem pilae harpastum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego
maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile sit ex corio sicut ce-
teras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc temporis nul
li ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius ma-
gnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in li-
bro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud

paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam, quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamē ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod il lud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro. 7.
Non Harpasta uacuus puluerulenta rapis & libro. 14.
Haec rapit Antei uelox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod
B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt uberiore uiri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochiq.,
Armaq., & in gyros ire coactus equus:

eiusdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam triba dē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, qua si rē mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit, 3. de arte amandi.

Harpasto quoq. subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: Lib. 1. sen. 3. trac. 2. cap. 2.
C nisi sit sphaera apud ipsum sollis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionē facit, de qua posterius uerba faciā, cum ad praesentē de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis.

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. Cap. VI.

TRES saltatoriae partes, cubistica, sphaeristicam, & quae nomine generis uocatur simpliciter, saltationē, in superioribus effecimus: quarum duabus iam declaratis tertia modo, quā scrupulosissimā uocauit Columella, subnectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, primo quid fuerit, secundo quot species habuerit, tertio cur ea uterentur maiores nostri, & quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristotelesitaq. in principio suae poetices, ubi dixisset, omnia poeseos genera in hoc conuenire, quod imitationes sint, imitationes diuidit In prooe. lib. de re rustic.

dit, quarum alias diuersis generibus imitari ut uel harmonia, uel D
rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel
similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agentes, uel in-
troducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam induti, aut
non mutati; de saltatione haec concludit: αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμεῖν
ται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τ' ὀρχησταί, καὶ γὰρ οὗτοι σχηματιζο-
μένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις. ideſt, Nu-
mero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim nu-
merosa gesticulationis uarietate, mores, passiones & actiones imi-
tantur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, siue saltationē, nihil aliud
fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis,
artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominū mo
res, affectus, & actiones. qui enim in. 7. ciuilium dixerat, nihil esse
in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam E
numerus, & cantus, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis
Cap. 4. actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus effi
ceretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expres
Prob. 15. sit Plutarchus, qui in. ix. Conuiuialium saltationem tres partes ha-
buisse scripsit, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ip
sa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac
harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipse nil aliud fuis-
se, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae re
praesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionem-
que, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando salta-
tores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
7. de leg. chae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis simili-
bus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem au F
tem fuisse nō proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae,
caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam decla
rationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias
nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, pro-
pria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & ha-
bitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationi-
bus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque
etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo
motu facta cōsisteret. ipsiq saltatores nil aliud actitabant, nisi quod
sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & fi
guris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declara-
bant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones ho
minum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simoni-

des

A des poeta ſaltationem poeſim tacentem, ſicuti poeſim ſaltationem loquentem uocare ſolebat: quamquam refert Putarchus, tempeſta te ſua ueram ſaltationem a muſica, cui aſſociabatur, deprauatam fuiſſe; atque a caeleſti illa decidentem in tumultuoſis ac indoctis Theatris inſtar tyranni cuiuſdam imperium tenuiſſe, idq. poſtmodum uſque ad tempora noſtra permanaſſe, in quibus omnis ſaltatio corrupta eſt, omnes cordati uiri cognoſcunt. Quis autem primus huiuſcemodi ſaltationem hominibus demonſtrauerit, ſatis cõpertum non habetur, niſi quod Theophraſtus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum ſonaret, motiones atque numeros corpore effeciſſe, & ob id apud ueteres ſaltare uocatum fuiſſe ſiceliſſare; poſt quem Chleophantus Thebanus, & Æſchylus multas ſaltatoriae figuras inuenerunt, quas Βαλλίσμας Si-
B cula uoce appellatas Epicharmi auctoritate inſinuat Athenaeus. unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec ſaltatio tantae exiſtimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem ſaltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Ὀρχηστὰ Λατοΐδαν ἀνάσσων ἐυρυφάρετρ' Ἄπολλον: ideſt:
Saltator rex ſplendoris, pharetrateq. Apollo.

Loco citato.

8. dipnoſ.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius inſtrumenti ſonitum, uel ad cantum, uel abſque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recenſuerunt Homerus, Plato Xenophon, Ariſtoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praeſtantiores & illuſtriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in uſu erant, aut repertae & illuſtratae fue-
C rant, nomen ſuſceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur: a regionibus appellatae ſunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenſes, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus ſic Iuuenalis.

Forſitan exſpectes ut Gaditana canoro Sat. 11.
Incipiet prurire choro, plauſuq. probatae
Ad terram tremulo deſcendant clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis urticae

& huiuſcemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodã Lacone, ſeu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati ſaltabant cum cantu, & ſine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.

PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem noſtris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Moreſcas populari uocabulo appellant) Atque hae uarias nominationes obtinuerunt, ut Orſitis, & Epichiedios penes Cretenſes, Carpaea apud Æmanenſes & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos ſiue mactriſmos, quam mulieres ſaltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae ſtabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, molloſſica, emmelia, cordax, ſicinnis, perſica, phrygia, nicatiſmus, thracius, calabriſmus. Teleſias a quodam uiro Teleſio, qui primus eam armatus ſaltauit, ſic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem ſuſtulerunt, aliae tornatiles ſiue uerſoriae quod ſe in circum uertentes ſaltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod ſcribit Galenus, archiatro contemporaneus
B exſtitit, has ſaltationes σίνεις uocatas ſcribit, aliae inſanae, ut caudifer, mongas, Thermauſtris, nec non anthema, quam ſaltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi roſae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactriſmus, apochinos, & ſobas, morphaſmus, Glaux, & leo: aliae ſcenicae, quales tragica, comica, & ſatyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, nõ eſt praeſentis tractationis declarare: ſatis ſit intelligere hanc tertiã ſaltationẽ tot atq. plures ad huc diuerſas ſpecies, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuiſſe, ſicut etiam diuerſis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex ſententia Ariſtotelis ex impul 7. Phyſ.
ſu, atq. tractu componatur, ſaltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc ſurſum, uel deorſum, uel prorſum, uel retror-
C ſum, uel dextrorſum, uel ſiniſtrorſum: a quibus poſtea motibus componebatur ſimplex ambulatio, flexus, procurſus, ſaltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota ſaltatio perficiebatur.

De fine ſaltationis, & de loco. *Cap. VII.*

QVM antiquiin certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere ſemper ſtuderent, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, ueriſimile ſit, ut prius ſaltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta ſit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta ſit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, conſertionem, compectinationem, diſtentio

nem, complexum, alternationem ſaltatores peragerent: atque ita D
uniuerſa ſaltatio ex motibus tam manuum, quam pedum ad reprae
ſentandas res formatis conflata ſit. quod autem ſaltantes praecipue
brachia mouerent, ſignificauit & Ouidius, ubi dixit:

Si uer eſt, canta, ſi mollia brachia, ſalta. &
Brachia ſaltantis, uocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (ut diximus) imitatio foret, nihilomi-
nus alios etiam fines eam habuiſſe comperio: nam ad theatra, & ad
ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad ſacrifi-
loc citatis. 1. & 2. de arte aman. cia in uſu fuiſſe praeter Platonem atque Plutarchum teſtatur Gale
nus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra ſui tempo-
ris homines inuehitur, quod ſaltatoriae nimis operam darent, quaſi
ſolis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod
pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peri- E
tiam eadem ſaltatione maiores noſtri uterentur, tametſi ſupra ex
Platone comprobatum fuerit, tamen addendum eſt illud, quod
omnis armata ſaltatio pyrrhichia uocitata nō ob aliud inuenta fuit,
niſi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo ho-
ſtes effugere, modo inuadere, aliosq. geſtus bellis gerendis neceſſa
rios perdiſcerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimā
ſaltatriculam a Myſo pyrrhicham ſaltare iuſſam conſpicati, admirā
tes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna
uterentur. in hoc quidem ſaltationis genere cum Phrynicus ſe ex-
cellenter in fabula geſiſſet, illum ſibi imperatorem Athenienſes
delegerunt. Neque etiam difficile eſt indicare hanc eandem ſaltā-
tionem & bono habitui comparando, & ſanitati conſeruandae nō
parum conduxiſſe: quandoquidem de manuum geſticulatione, F
quam χειρονομίαν uocant graeci, ſcriptum reperitur & ab Hippo-
crate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & ſanis & interdum
aegris corporibus uſurpatam eſſe. Temporibus uero noſtris ſaltā-
tiones alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem
2. de dieta. libro 1. de cur. chr. cap. 1. praeſtare nemo negaret, quemadmodum Galenus ſe plurimos ſa-
nitati reſtituiſſe, aliosq. in ea ſolius ſaltationis auxilio conſeruaſſe
confitetur: qui ſimiliter & ſaltatorum exercitationes inter cetera
a medico petita recenſuit, dum dixit: ὀρχησῶν αἱ σύντονοι κινήσεις
ἐν αἷς ἄλλονται μέγιστα, καὶ ᾠδὴ δὲ ἐνέντασι τρεφόμενοι τάχιστα, καὶ
» ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ θορυβοῦσι, καὶ διαχίζουσιν ὅπῃ πλεῖ-
» στον τὰ σκέλη. ideſt, ſaltatorum uehementes motus, in quibus maxi
» me ſaltant, & uelociſſime uolutati circum circa uertuntur, nec non
genua flectentes ſurſum exſurgunt, atque crura plurimum attra-

hunt

A hunt, diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophõtis se saltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non cinaedus usquam magis saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimonio, atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, ἀπὸ τῆ κίνεῖν τὸ σῶμα. Poetae similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi

B quoque interdum saltabãt; nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco saltatores nũcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerũ etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt; unde etiam chorea nomen saltationis perelegans e-

C manauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono symposiacon, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Menisçum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectari ualeamus paedotribas gymnasiorum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiuijs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Concludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

In Mil. glo. actu. 3.

Li. 14. dip.

DECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operae pretiũ est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit, inter quas cõtinuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque κατα βλητικὴ siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quaedam in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xystus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemq. concertantes, alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, paratheses, & systases necessario requirebantur, illudq. praecipue quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, de uino dicens. Captat pedes primum, Luctator dolosus est. Sed antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermississent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, bini, quoniã etsi plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoq. iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis minimam partem credidit Galenus, non desuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiorem exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, πάλην primo nominatum constat. quamquam etiam non desuerint, ut refert Plutarchus, qui non palaestrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductum esse uoluerint, sed potius quod solum haec

In Pseu. actu. 5.

cap. 8.

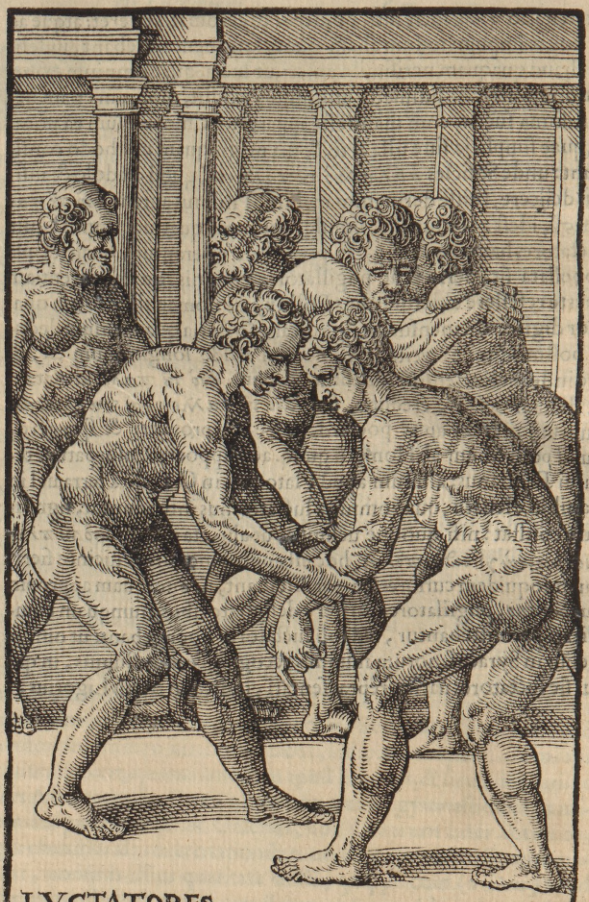
2. de diff. pulsuum.

2. Symp. prob. 4.

exer

A exercitatio πηλῦ ideſt luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoq. rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima exsistit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde Soficles πάλην ἀπὸ τῦ παλεύειν, quod est dolo & insidijs deijcere, fuisse deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τῦ παλαιῦ, ideſt a coniunctis, simulq. connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud solam quattuor digitorum mensuram significare scribit, a qua mensura dedu-

B ci postmodum exercitationis nomen ualde longinquum est; & proinde melius sensisse uidentur illi, qui ἀπὸ τῦ παλῖναι natam & dictam πάλην, credunt, siue ἀπὸ τῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum ab Homero quoq. ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τῦ πλησιάζειν, καὶ γίνεσθαι πέλας, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, nec umquam appropinquabantur, pugillatores pariter a designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracusanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios repraesentari, indicauit nobis Ligorius.



LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxiij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerẽtur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeũtes, uictoriã adipisci possent: atq. huius luctatoriae auctores fuisse Antheũ, & Cercionẽ scribit Plato: Secundũ ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum alij a Theseo Athenienſiũ principe; alij a Phorbante Theſei paedotriba referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7. de leg.

B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuisse testatur Galenus. Hoc tamen animaduertendũ esse duco, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerũ & sanitati studẽtẽ interdũ parce laudasse, ut pote qua robur quidẽ augetur, at luxationis, ac *fractionis ossium*, necnon suffocationis periculum immineat. *similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij.* Paedag. lib. ubi exercitationum *tractationem habet*, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' εὐχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, q palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum lib. de machinamen.

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorum certamina grauia apud Galenum lib. iij de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ q duplex erat pancratiũ, primũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu cõpositũ. Secũdum q uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nam in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolutatorio *humi* prosternebantur, atq. ibi inuicem cõplicati; seq. mutuo conuoluentes alter alterum sibi supponere nitebantur: quẽ admodum clarissime mostrãt depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.

PANCRATIVM VOLVTATORIVM.

A De hac exercitatione uerisimile mihi sit, Aristotelem uerba fecisse, ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit. Lib. de cõi animaliũ gressu.

Non amo qui uincit, sed qui succumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionem, qua palaestrita reducto pectore aduersarium retrahebat, ac ictum illius deuitabat. De eodem item loquebatur Antyllus apud Oribasium, dum duplicem luctam effecit, alterum erectam, alterum super pauimento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera 6 collect. cap. 27.

B uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum aliis circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; si quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere consperſum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. 6. de dieta. 2. de tu. ua.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. Cap. IX.

PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius? & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cur- Prob. 5.

C sui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitionis genus prius illis origine accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur. Lib. 5.

Arma antiqua manus, ungues, dentesq. fuerunt.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoq. perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam cestuum, & pugilatũ idem penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorum tamen scriptis coniectura consequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare consueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumsepti sese inuicem percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquam sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium pugnorum ictibus in terram prosternebat, uel grauius & damnosius feriebat. Tyrrhenos ad tibiam πυκ-

τεύειν

τένειν solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenaeus 4. D
Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori
2. Symp. Prob. 5. inseruijsse, testatum reliquit. ego uero ita sentio, pugilatum inter
exercitationes a Galeno in 2. de tu. ualetu. adnumerari, sed pro sa-
nitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in
usu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum
rationibus adducor, quarum prima est, quod Galenus bis, uel ter
solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem di-
ligentissime tractauit, nullum paene uerbum de hac exercitatione
habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo,
qui in uertiginosis pugilatum commendare uidetur: nisi (quod ego
suspicor) sit Graecus contextus deprauatus. Quod si pugilatus me-
dicae gymnasticae exercitationis genus exstitisset, aequum certe
erat, non adeo ab omnibus silentio praeteriri. Altera ratio est, E
quod, si naturam pugilatus exacte spectemus, cum percussiones, &
euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur, ut dicebat
Plutarchus, edoceatque, quin militarem peritiam magnopere ad-
iuuet, insitiari non possumus; at cum solum brachia, atq. pugnos
exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percussionibus cor-
pus offendat, quomodo ualetudinis conseruationi, boniq. habitus
acquisitioni conferre possit, non uideo: ut tuto dicendum sit, pugi-
latum in gymnastica medica exiguum usum habuisse, *in militari*
uero multum, in athletica plurimum: cuius principes & auctores
fuisse Amycum, atque Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec
non in qua adeo Glacus Carystius excelluit, ut quincta & uigesima
Olympiade coronatus pyctae id est pugilatoris nomine per excel-
lentiam meruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparan- F
In Eun. act. 2. sce. 3. dae operam dedisse, legitur apud Terentium. quod agebant, ut gra
uius percutere ualerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est
enim experientia & ratione comprobatum, obesos minus excarni-
bus iniurias sentire. Cur autem Tesprio ille Plautinus, ab Epidico
interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respondeat, pugili-
ce atq. athletice, non est admodum difficile coniectura consequi.
1. de alim. fac. c. 2. quod etiam Galenus scriptum reliquit, Luctatores potissimum
athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiam eo
dem nomine appellatos fuisse pugiles, & pancratiastes. qua de re
fieri potest ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuersi essent, utriq.
Plaut. in Epidico. tamen robori, & corporis crassitiei studerent, & iccirco seruus ille
merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum
robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex lucta & pugilatu

tertium

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut testatur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduersarios & pugnis ferire, & cõprimere, & continere, & deijcere studebant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijcerent, sed pugnis minime percutiebant; pancratiastae tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pausanias) aduersarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differebant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo inflexis cer tabant. atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit: εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιστα τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτετακόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc est, sin autem unusquisq. digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis euadet, qui ipsam in pancratio protenderint. talis etenim manuum figura prehensandis aduersarijs, cui maxime studebãt pancratiastae, ut nomen quoque significare uidetur, ualde accommodata erat; his de caussis exercitatio haec παμμάχιον uocata est quandoque, sicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, sub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres solummodo post nubilem aetatem pan
C cratio exerceri consulit. de Pancratij specie quapiam loquebatur mea sententia Galenus, quando in commentarijs super libellum de salubri diaeta dixit, gymnastas fere quos impinguare uolebant constituisse, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut scilicet iungerentur, & toto corpore certarent, sed nudi, ac sine complexu. Hanc exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit:

Et patitur duro uulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in sanitatis usum uenisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta constans sanitati multum ex usu esse potuisse credendum

Cap. 5.

lib. 5. elia.

1. de motu muscul.

dendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pan- D
2 de tu. ua. cap. ulti. cratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibita: ut nequaquam inferendum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquē praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usque adeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusaret, qualis fuit Phrynon Athenienſium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Simile profecto pugilatui uel potius E
eius quaedam species erat certamen illud, quod cestibus perageba-
tur. ij autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus au-
tem alligabantur, erant lora quaedam punctis interstincta, quae
manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo ponde
re aliquo, & crassitie, uerum etiam soliditate cestibus certantes se-
ipsos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugi
libus proprie uocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniun-
ctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnum-
quam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum
quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri so-
litos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartano-
rum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc mo-
dum scribit. F

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisq. exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Pol-

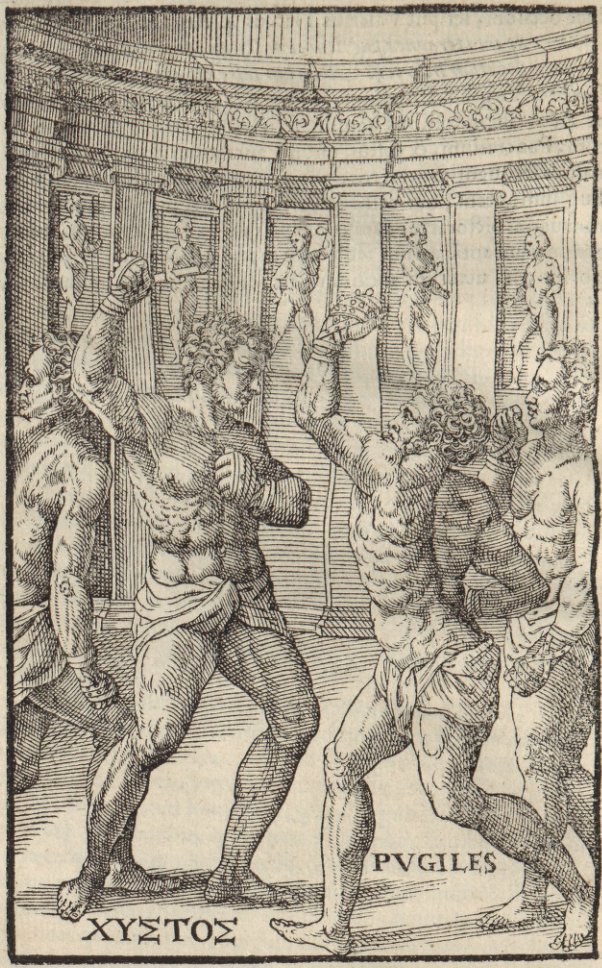
luce

A luce occisum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

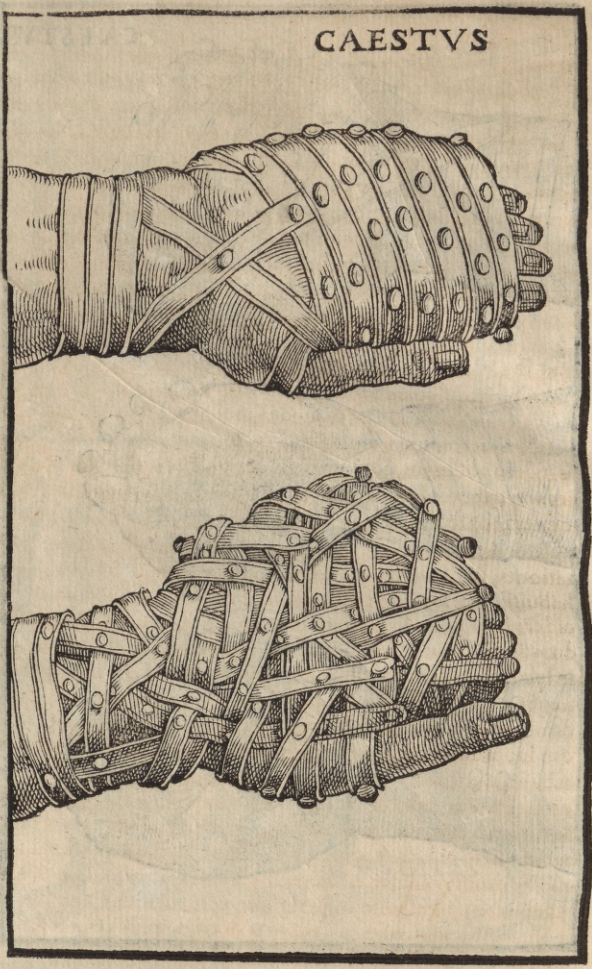
Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycys Amycum suspexit arenis.

similiter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. itaque inter pugilatum, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gymnastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse iam liquet. Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuum ipsorum uarias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritissimus.

5. Aneid.
5. metam.


PVGILES
XYΣTOΣ

CAESTVS


CAESTVS

A *De Cursu.* *Cap. X.*

INter cetera, quae ob uitae conseruationem animalibus a natura tributa fuerunt, currendi potestatem praecipuã esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendum esset, cum multo tempore ad currendum ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia

B a natura in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam conseruãdam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae caussa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendam uti non aegre tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque etiam quandoq.

C in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currendi celeritatem, sicuti solet, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae, primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exẽplo instituisse, auctor est Pausanias: apud quem similiter legitur, Endymionem filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; nec non currendi morem Nemaeis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ num-

lib. de cõs aãal. gr. f. li. 15. d usu partium.

Indialogo de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eli corum.

quam curſorem niſi ſeruum uoluiſſe, quo addiceret, ingenuum nō D
8. de leg. niſi in ſacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bel
licas exercitationes ita curſum commendauit, ut non modo uiros,
& iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesque
tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit non in
ſtadio ſolum, ſed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio. Platonis
ſententiam ſecutus Vegetius in commentario de militari exercita-
tione ſcriptum reliquit, ad curſum praecipue iuuenes, qui militari
diſciplinae incumbunt, aſſuefaciendos eſſe, ut maiore impetu in
hoſtem currant: ut loca opportuna celeriter, cum uſu uenerit, occu
pent, uel aduerſarijs idem facere uolentibus praeoccupēt, ut ad ex-
plorandū alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius
terga comprehendant. Refert Salluſtius de Magni Pompeij exerci
tatione eum cum agilibus, ſaltu; cū uelocibus, curſu; cum ualidis, E
uecte certaſſe, neque aliter Sertorio aequandū umquam fuiſſe, ni-
ſi ſe, & ſuos milites huiuſcemodi frequentibus exercitijs ad bella
praeparaſſet. Ex quibus colligitur, curſum hunc in gymnaſtica bel
lica maximi momēti fuiſſe, & quemadmodum athleticū quattuor
praecipuas habuiſſe ſpecies, ſtadium de quo D. Paullus loquebatur,
quando dixit, currentes in ſtadio ob corruptibilem coronam
certare; dolicum, diaulum, & armatum, in quorum poſtremo bis
lib. 1. c. 9. Callicratem uiciſſe ſcribit Pauſanias, unde σταδιοδρόμοι, δολιχο-
δρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμοι dicti ſunt, horum exercitato-
res. Qui praeterea Galenum medicum in 2. & in 6. de tuen. ual. li-
bro non oſcitanter uidit intelligere facile poteſt, curſum inter
exercitationes ſanitati ac bono corporum habitui conferentes non
lib. Epo. 2. xv. exiguam partem habuiſſe: quando etiam Seneca inter exercitatio- F
nes corporis, quarum rationem habendam cenſuit, primum lo-
cum curſui dedit. Huius tres tantum ſpecies effeciſſe Antyllum re-
perio, alteram in anteriora currendi, alteram in poſteriora, alterā
in orbem. quamuis item apud Galenum & dolichum, & diaulum
2. de tu ua. cap. 10. reperiri ſciam, quorum alterum refert ipſe Graecis continuatum
diu curſum ſignificare, quem tamen maior pars auctorum duplicis
ſtadij ſpatium exſtitiſſe cenſet, alterum uero definiunt fere omnes
fuiſſe curſum, quo ſtadium ſemel currebant, & recurrebant. Itaq;
ſtadium erat curſus unius tātum ſtadij, dolichus duplex uno curſu
ſtadium, diaulus duplex, & ipſe ſtadium, ſed reflexo curſu. ut fieri
poſſe credam peryſtilij interioris ambitum, quem diaulum, ob
duorum ſtadiorum menſuram uocatum tradit Vitruuius, huiuſce-
modi curſui inſeruiſſe. Quapropter falſum illud eſſe deprehendi-
tur,

Atur, quod apud Suidam legitur, ſtadiodromios longiorem tractum metiri curſu dolichodromis, cum huius contrarium manifeſto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

φημὶ πολυστιχίην ὅτι ῥάμματος ἐν μέσῃ μέσας
Εἶναι, μὴ ξήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον.
Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δολιχὸς δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνόμενος πνεύματος ὠκὶ τόνος.

Idem ex prouerbio μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo ſignificatur, in re minori nō eſſe quaerēdā maiorem. Ad haec habuit curſus multas ſpecies a locorum uarietate deſumptas, quoniam ſi quando extra gymnaſia curſitabāt, prout neceſſitas, cōmoditasue poſtulabāt, aut per plana loca, aut per aſpera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes curſum agebant. Neque hic mirari debet quiſ-
B quam, quod ualetudini ſtudentes extra gymnaſia quoq. currerent; propterea quod loca ſimilia cum haud quaquā omnes formas exercitationibus quibuſuis aptas habere poſſent, cogebantur interdū homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnaſia pdire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus exſtat Ariſtotelis ſententia, quod currētes nudi ueſtitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & aſpiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & ſilentia tenent. 2. partic. prob. 30. & partic. 38. 3.

De Saltu. Cap. XI.

C VRSVI ſaltus, ἅλμα a Graecis gymnaſticis uocatus, nō parum aſſimilatur, nempe qui, ſicut curſus eſt continuatus ſaltus, ita ipſe ſit interciſus curſus; hunc a ſaltatione, de qua ſuperius ſermonem habuimus, lōge differre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἅλλεσθαι, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicā exercitationem effatu dignum, aut non ſaltem neceſſarium, aut non admodum crebrum uſum exſtitiſſe, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullā prorſus de illo mentionem fecerit ſed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris teſtimonium me ſecus ſentire cogit, ubi ſcribit iuuenes, qui militiae operā nauant, ad ſaltū praecipue exercendos eſſe, quo uel foſſae tranſiliuntur, uel impediens aliqua altitudo ſuperatur, ut, cū eiuſmodi difficultates euenerint, poſſint ſine labore tranſire. In athletica uero facultate ſaltū locū habuiſſe, praeter Pin- lib. 1. de re mili. c. 9.

daricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum D primum hoc uersiculo fecerunt.

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος πὴ πάλη,

ideſt,

Saltus, tum diſcus, tum lucta, & iacula, curſus,

teſtaꝫ abunde Ariſtoteles, q in libro de cõmuni aĩaliũ greſſu ſcriptũ reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehenſis maiorem, & concitatiorem ſaltum edere, quam non comprehenſis, quod item poſt ipſum Theophraſtus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnaſticam medicinae ſaltu nec ipſam caruiſſe, ſatis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaeſtrarũ exercitationes ſaepius recenſuit: ſed Antyllus penes Oribaſium diligẽtius omnibus & ſaltum exercitationem ſanitati idoneam eſſe, & quid ſit, demonſtrauit, ubi hanc ſententiam habuit: quod exſilire, E & ſaltare inter ſe differunt, quoniam πηδὰν, ſiue exſilire eſt motus quidam curſui ſimilis, quãdo ſcilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo, & circumuehendo, ſaltus ſiue ἅλμα eſt motus ferme continuus in ſublime, uel tamquam medium, uel tamquam metam nullis certis legibus, neq. imitationibus terminatus, ob quod a ſaltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris & imitationibus uti oſtendimus. has ſaltus ſpecies Senecam in-
Lib. 2. Epiſt. 15 telexiſſe exiſtimo, dum pro exercendo corpore ſaltum commẽdabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui ſaliaris, aut ſulonius dicebatur. Exſilitione olim utebãtur Lacenae mulieres ad nates ſaltando, quae retroflexis cruribus ita ſaltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres F poſtmodum aereis ſtatuis repraeſentaſſe Callimacum ſtatuarium,
Lib. 34. cap. 8. ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nũcupatum, auctor eſt Plinius. quem autem proprie ſaltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnaſijs duplici modo uſurpatum inuenio; altero, quando ſaltãtes uacuis manibus ſeipſos in ſublime agebant: de quo uerba faciẽs Ariſtoteles ſcripſit, arduum & difficile eſſe, ſaltu continentem age-
Iib. de cõi aĩal greſſu re motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompae gratia ſeſſores ſuſtinere, nec progredi ſinere ſolent, & qui ita ſeſe mouentes cito laſſantur, & fatigationem ſentiunt; altero, quando manibus ponduſcula capiebant, ut illis firmati uehementius ſaltarent, quae ponduſcula tametſi ab Ariſtotele, & Theophraſto ἁλτῆρας nuncupari ſciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis genus exſtitiſſe, inferius demonſtrabo. Interim Japſum Cornarij adnotare
in libro περὶ κόπων. placet,

A placet, qui in commentarijs in ſecundum Galeni de compoſit. medicament. ſec. loc. librum, huiuſce rei ignarus, damnãdum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes ſaltu halteribus uſos eſſe; nam ut illi fortaſſe donem, quae ait de halterum, & halcterum diuerſitate; nihilominus Ariſtoteles v. problem. viij. & Theophraſtus libro de laſſit. aiunt, (quod ipſe negat) Quinquertiones, & alios melius ſaltare, ſi lapidẽ, uel halteres manu geſtent, quam ſi brachio inani iactentur. Vnde fortaſſe & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἀλτήρες, & ἀλτηρία, ſed ἀλτήρες, & ἀλτηρία: quando ſcilicet apud nullum alium auctorem hãc uocem ἀλτήρες uſurpatam inuenire mihi contigit. Quomodo uero ſaltatio iſta tam ab athletis, quam ab alijs perageretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca conti-
B nuatis ſaltibus ſaltabant, atque tunc limitem, unde principium ſaltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & menſuram κανόνα dictum habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuiſſe ueriſimile eſt, τὰ ἐσκαμμένα uocatum, unde factum eſt adagium in eos, qui metam trã ſiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum ſaltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cum ſimpliciter adſcendere, quam deſcendere continuo laborioſius praedicauerint Ariſtoteles, & Theophraſtus. Neque ſolum manibus ponduſcula ſaltantes, ut melius exercerentur, habuiſſe inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum ſupra caput, nonnunquam ſupra humeros, aliquando in pedibus geſtabant: quemadmodum ui-
C dere eſt ex hac uetuſtae tabulae pictura, in qua ſaltantes appoſitiſſime repraeſentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.

PLVMBEI
PLVMB
PLVMB
PLVMB

A tur. Erāt quoque q̄ supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus saltarēt; inter quos uictores ij cēsebanī, q̄ ita sese dextere gerebant, ut prae lubricitate humi nō caderēt. atq. hi p̄ uictoriae p̄mio utrē cū uino fere bāt: q̄ uero terrā natibus p̄cutiebāt, nō sine magna uoluptate spectatoribus risum mouebāt. Id autē antiqtus obseruatū in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabāt, p̄dīt, in q̄bus utres caprinis pellibus cōflati saltibus calcabanī in caprarū cōtēptū, q̄ adeo uitibus infestae credūtur. De hoc Aristophanes in Plato': ἀσκωλία ζῆνταῦθα πρὸς τὴν αἰθρίαν. i. hic sub dio supra utrē salta, & Eubulus apud Aristophanis interpretē: κἢ πρόσγε τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθε, κἢ καγχάζετε ὅπιτοῖς καταρρέουσιν. i. Quare utrē in medio collocātes supra ipsum saltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georgicorum. *Atque inter pocula laeti.*

5. partic. Prob. Li. de lass.

B *Mollibus in pratis unctos saliere per utres*

Sed illud nō ignorādū, q̄d scriptū est apud Iul. Poll. ἀσκολιάζειν, tā de his, q̄ de uno subleuato pede, altero solo saltātibus, dictū eē apd ueteres.

De Disco & halteribus. *Cap. XII.*

DIsci iactū inter exercitationes gymnasiorū haud quaq̄ infimū locū habuisse, nō modo Gale. clarissimis uerbis affirmauit, Propert. p̄dixit, uerū ēt Vitruuius elegātissima quadā historia apte insinuare uisus est, apud quē legīt, q̄d cū Apaturius Alabādeus Trallibus scenā excellētissime finxisset, adspectusq. eius p̄pter asperitatē ebladiret oīum uisus, & iā id opus p̄bare fuissent parati, tū Licinius Mathematicus p̄dijt, & ait Alabādeos satis acutos ad oēs res ciuiles haberi, sed p̄pter nō magnū uitiū indecentiae insipiētes eos esse iudicatos, q̄d in gymnasio eorū, q̄ sunt statue oēs, sunt causſas agē-

2. d̄ tu. ua. Libro 5. lib. 7. c. 5.

C tes, in foro autē discos tenētes, aut currētes, seu pila ludētes: notauit. n. mathematicus quod, sicuti statuae causſas agētes fori sunt p̄priae, ita discū tenētes gymnasij, & ob id indecētē inter locorū p̄prietates statū signorū publicae ciuitati uitiū existimationis adiecisse dixit. Erat itaque antiqs illis discus gymnasij exercitatio, quā an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exercerēt, nō admodū mihi cōstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnope futuris optimis militibus cōmendat, disci quoq. iaculationē subintelligi uoluerit, quemadmodū Homerus quoq. 2. Ilia. significauit, ubi finxit Achillē Agamēnoni iratū Myrmidonas suos a pugnādo remouisse, atq. illos ipsos ne torqescerēt in maris littore sese discis, atq. iaculis, tāquā militibus aptis, exercuisse: quasi si nō laedēdis hostibus, saltē uariae agilitati ipsorū cōparādae hmōi exercitatio accōmodata eēt. Athletas uero in eo se exercuisse, nec nō ī publicis certaminib⁹ cōtēdisse, manifestū facere pōt cōis auctorū sīnia, qui inter athletarum certamina discum omnes uno ore adnumerant, & praeter hos pictura, quam hic damus.

ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, diſcum

A scum fuisse instrumentum quoddam rotūdum, quod aliquando adeo graue erat, ut uix ab uno hoīe eleuari posset: ueluti a D. Hieronymo de se ipso scriptum est. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharsim, nunquid in gymnasio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui scuti figuram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidisset, qui grauis, & comprehensū dificilis erat, eum manu sursum extortum in aerem aliquos iaculari consueuisse, subiungit: Aliquando etiam inuenio, instrumentum illud figuram solis corpori similem habuisse, quod ab Alexandro in ij. problem. (siue is Aphrodisiensis, siue Trallianus, quod magis suspicor, exstiterit) solis corpus δίσκος uocetur. Vocatus similiter fuit discus quadra rotunda, qua epulae in mensas ferebantur. Vnde δισκοφόροι appellati sunt, qui quadris ferendis destinātur.

B Sic legimus caput D. Ioannis Baptistae saltatrici in disco oblatum esse. Postremo discum instrumenti, de quo nos loquimur, genus designasse reperitur. Quale porro instrumentum is esset, ita ꝓditum inuenio. Interpres Homeri Eustathius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, ideſt, *ludebant discis*,

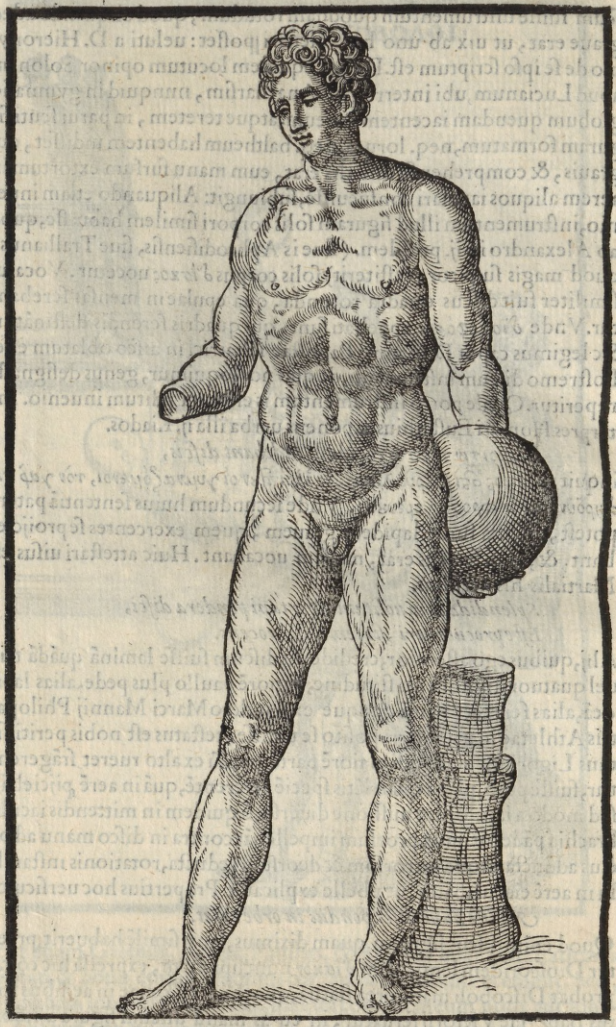
inquit: δίσκος ἐξι βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτων οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορέυουσι. Vnde secundum huius sententiā patere potest, discum fuisse lapidem grauem, quem exercentes se proijciebant, &, cum ferreus erat, massam uocabant. Huic attestari uisus est Martialis his uersibus.

Splendida cum uolitant Spartani pondera disci,
Este procul pueri, sit semel ille nocens.

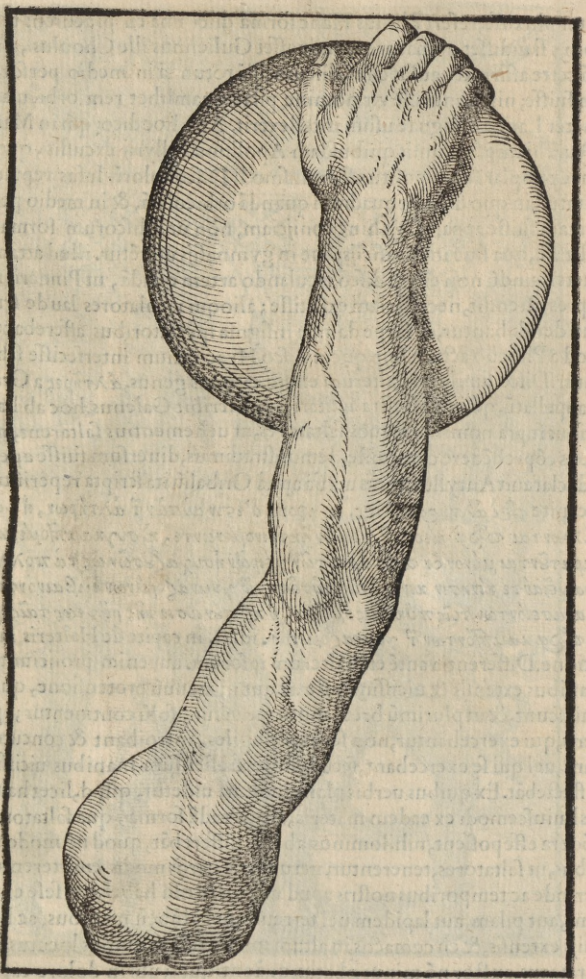
C Alij, quibus ego assentior, crediderūt discum fuisse laminā quādā triū uel quatuor digitorū crassitudine, lōgiorē paullo plus pede, alias lapideā, alias ferreā, (aeneā quoque ex sepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria posito se uidisse, testatus est nobis peritissimus Ligorius) cuiusmodi maiorē partē, ne, dū ex alto rueret, frāgerentur, fuisse puto, planā quasi lētis speciē referentē, quā in aerē ꝓijciebāt, sed modo a iaculorum missione diuerso, si quidem in mittendis iaculis brachia pādebāt, mox prorsum impellebāt contra in disco manu ad pectus adducta, atque extrorsum & deorsum reducta, rotationis instar illū in aerē eiaculabātur, ut pbelle explicauit Propertius hoc uersiculo.

Missile nunc discī pondus in orbe rotat.

Quod enim discus figuram, quam diximus, lenti similē habuerit, praeter Dioscoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expressa hic comprobat Discoboli marmorea statua, quae hodie Romae in aedibus Ioānis Baptistae Victorij seruatur, in cuius manu discum figura a nobis expressa positum uidere licet.



qđ itẽ oſtẽdit alterius diſcoboli brachiũ Lapideum hodie in magni Tuſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatũ, ex quibus ſimiliter diſcũ eiaculãdi modũ intelligere licet, ut prudẽter nos monuit doctiſſimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamentũ, q brachij figurã ad nos miſit.



Harum ſtatuarum ſimiles alias duas diſcobolorum fuiſſe ueriſimile eſt, quarum unam ex aere Myronem praecliariſſimum ſtatuarium finxiſſe, a Quinctiliano celebratam; aliã Tauriſcum pictorem illuſtrem excellenter

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formā discī una cū praedictis testi D
monijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nūquā certe affirmare ausus esset, discum pilā rotundā in medio perforatam fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quamlibet rem orbiculatā praeter Latinae linguae usum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̄ in Marci Aurelij Imp. nummis quibusdam Apolloniae Illyrij excussis, quorum exemplar supra positū est, huiusmodi Discobolorū lusus repraesentatur, in quo discum quadram quandā orbiculatā, & in medio perforatam fuisse apparet. Vt hinc conijciam, non unā discorum formam exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs uteretur. illud attamē praetereundū non est, in disco iaculando artem quādā, ut Pindari interpres ostendit, necessariam exstitisse; alioqui iaculatores laude frustrati deridebantur, & saepe damna insignia spectatoribus afferebant, quod a Phoebo actum fuit, quem disco Hyacinthum interfecisse fabu E
lantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, ἁλτῆρες a Graecis appellatū, qđ in palaestra actitari solitū scribit Galenus. hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehementius saltarent, manibus cōprehēdere cōsueuisse, demonstrauimus, diuersum fuisse aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiū ita scripta reperiūtur in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἔστιν αὐτῶν τ ἁλτήρων, ἥ γαρ βάλλονται ὅλῳ μέρος τ χειρῶν ἐκτεινομένων τε, κ συγκαμπτομένων, ἥ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζόντων ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖά τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τ γυμναζομένων ἐμβαινόντων, κ ἀπασειόντων τοῖς πύκναις ὁμοίως, ἥ κ σκινυσιν τῆς ῥᾳχεως ταῖς χερσὶ τὸ ὅλον καμπτόντων τ γυμναζομένων. id est, in capite de Halteris iacu
latione. Differentia autē est halterum ipsorum. aut enim proijciuntur manibus extensis & uicissim inflexis, aut in manuū protensione, quae F
quiescunt, & ut plurimū breui motu mouētur, solū continentur; ipsi uero, qui exercebantur, non secus ac pugiles, introibant & concutiebant, uel qui se exercebant, secūdum dorsi assensum manibus uicissim se flectebāt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halteres huiusce modi ex eadem materia, atque eadē forma, qua saltatorum pōdera esse possent, nihilominus ab illis differebāt, quod nō modo manibus, ut saltatores, tenerentur; uerum etiā uarijs modis emitterentur, perinde ac temporibus nostris apud multos in usū habet, qui sese exercent, aut pilam, aut lapidem uel terreum, uel plūbeū manibus, ac brachijs extensis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Arataeus, auctor nō minus probatus, quā antiquus; ubi in dolore capitis τ ἀλτύρων βολὴν commendauit. Et ut possit certior formae huiusce exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarū imagines, quas ex gemmis antiqs sculptis acceptas ad nos misit Phrryus Lig.

Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquã do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἁλτὴρος ἁλτῆρα non pa rum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a no bis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehen di solita significat, ἁλτῆρα uero genus fuisse orchesticae, siue salta tionis apud Sycionios usitatum refert Athenaeus, quo nomine Itha censes quoque unam exercebant, quam non sine Vlyssis fortuna at que aerumnis constitisse arbitror; si quidem ἁλτὴρ ex Homeri uer sibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicum atq. erroneum significat. Quales porro fuerint huiusmodi halte res, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in v. Elia corum scripsit in hunc modũ: Οἱ δὲ ἁλτῆρες ἔτοι παρέσχοντο σχῆ ματοιόνδε κύκλῳ ὡδαμηκες ἔρε, καὶ ἐκ τὸ ἀκριβέστατον θηλυφε ρεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηται δὲ ὡς καὶ τὰς δακτύλιος τ χειρῶν διέ νευ, καθάπερ δι ὀχάνων ἀσπίδος. idest, Hi autem halteres circuli ob longioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotun ditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuer sius sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos anti quos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emolliendam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras appellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plumbo interfuso, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magnitudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum solis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusis, deinde interproijciẽdum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt hisce temporibus multi, qui sic aut rotulas ferreas, aut caseos, aut quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opinor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἀμιλλομένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam & ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eijcere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus emissi ἁλτῆρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissentaneum: ueluti certum est, fundam. ab halteribus diuersam funiculum

Li. 4. chro. cap. 2.

A lum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer ptoijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de caussis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet; altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proiceren tur. unde Dauidem ad prosternendum Goliatem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebra- lib. 7. c. 56.
B batur, ut matres filios suos alijs auibus uesci non paterentur, nisi quas funda sibiipsis comparassent.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uersu appellauit.

Stuppea torquentur balearis uerbera fundae. 1. Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib. ij. Metamorph.

Non secus exarsit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: uolat illud, & incandescit eundo.

Quod uero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C

De Iaculatione. Cap. XIII.

QVAMVIS τῆς πάσις ῥίψεως siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius proiectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species effeciisse 7. de leg. 8. de legi. dialogo uidetur, alteram τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides exstitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. Sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio tum, solis amentis, de quibus Silius lib. 14.

hasta iuuatur amento

tum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exsilesq. infigen-

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur: at- D
que hi communi appellatione τοξευταὶ uel τοξόται uocabantur;
unde uenenum quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Ægine
ta medicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo infice-
rent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficie-
batur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & ple-
rumq. graues palos requirebat; quinimmo sagittarij solis brachijs se
se mouebant, ἀκοντίζοντες autem siue iaculatores in iactu brachia
contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon semo
ra pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum tempo
ribus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspici-
mus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis non
li. de aere, aquis, & lo cis. paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, mul
tos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum E
intendere, neq. telum contorquere potuisse memoriae mandauit.
Habebant uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi pro-
positos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia
quisq. conabatur. quod explicauit Horatius hoc uersu.

Saepe disco,

Lib. 1. car. ode. 8. *Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.*

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti
li. de remi lit. quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiacula
li. 10. c. 15. bantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus anti-
quos eijcere consuesse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad insti
tutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & ia-
culationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam
Gal. in sua ad. bo. ar. proprias sibi exercitationes complectitur. Quod. n. medicinae gym F
nastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in
usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) inde ta
men conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eosdem
medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe
atque Æsculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum ar
cu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud priscos
fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, &
uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id
Loco cita to. quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas Hippo-
cra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari consue-
uisse, scriptum reliquit; ut fileam Homerum, qui Myrmidonas
Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne
peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiam quantopere

iacu-

A iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in. 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Herculesillius auctor fidem facere potest, quem sagittādi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeri pidem transfixisse, harpyiasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atq. multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atq. etiam imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, &
B Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persen Persei filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, quasq. plumbatas fuisse existimo: quamplurimorum, & praesertim
C Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ductus, qui in. 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula a Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

lib. 2. c. Plinius lib. 7. c. 56

Explicit Liber Secundus.

ARTIS·GYMNASTICAE

LIBER. TERTIVS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. Cap. I.

MVLTAS exercitationum ſpecies ab antiquis in uſu habitas ſuperiori libro, qua potuimus perſpicuitate, enarrauimus; multae adhuc reſtant non minus fortaſſe ſcitu dignae, quam illae; quarum maior pars tametſi haudquaquam *in* gymnaſijs praecipue perageretur, neq. item ad ſaltatoriam pertineret, in quam, & palaeſtricam uiſi ſumus ſuperiori libro uniuerſam gymnaſticam diſtribuere, cũ E
cta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam *ſi non* proprie, ſaltem communiter exercitationes uocari merentur, & propterea nullo pacto a gymnaſtica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque ad ualetudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum ſtudium noſtrum in hoc praecipue uerſetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quae & ualetudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicatae ſunt, de hisq. ſingulis gymnaſticam conſiderare ſtatuerimus, uel unum aliquod intractatum relinquere praeter ordinem, & praeter inſtitutum noſtrum foret. Neq. uero nobis illud uitio obij ci debet, quod de medicinae gymnaſtica ſola ſermonem habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiſcueri mus, atque adhuc in ſequentibus idem facturi ſimus: propterea F
quod primum atque praecipuum conſilium nobis fuit de medicinae gymnaſtica uerba facere. at poſtea tribus de cauſſis reliqua adiunximus, tum ut aliarum duarum condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perſpecta foret, tum ut, quae confuſe de ſingulis ſimul, uel indiſtincte ſaltem ab auctoribus tã Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex diſtinctionibus noſtris perfecte diſcerni poſſent, neque ulla lectoribus errandi occaſio relinqueretur, tum quia eaedem exercitationes ab athletis, a militiae ſtudioſis, & denique a ſanitatis profeſſoribus uſitatae reperiuntur. quod ſi de medicinae dumtaxat gymnaſtica ſermonem habuiſſemus, neceſſario paene ſecuturum erat, ut uel hanc unam exſtitiſſe crederent lectores, uel ſaltem alias ab hac una & normas, & originem ſuſcepiſſe. quod quantos in auctoribus legendis errores peperiſſet,

A risset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non poteſt, praeterquâ quod ſi quae de gymnaſtica medica ſcripſimus, quaeq. uberius in ſequentibus dicturi ſumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoſcet profecto illa minimam partem obtinuiſſe, & proinde numquâ iure inſitiabitur, quin manifeſte appareat nos de gymnaſtica arte medicinae ſubiecta, & non de ulla alia tractare uoluiſſe: haec eſt enim illa, quae tametſi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae ſimul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non ſinat ita corpus prae robore, atque crasitie inſolenter ferocire, quin animi motionibus ſecundum rationem ſeſe domandum, caſtigandum, atque dirigendum ſubijciat: id quod athleticam non effeciſſe, & iccirco ab B omnibus recte inſtitutis rebus publicis ſummopere damnatam atque ignominioſe exploſam fuiſſe, Galenus ſaepius praedicauit, ut etiam hac ratione merito excuſari debeamus, ſi plura quam p r aliquis iudicaſſet, de ea locuti ſumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aeſtimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuerſando athleticorum morum prauitatem cognoſcere, cognitam deteſtari, atque euitare liceret,

De ambulatione. *Cap. II.*

C QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praeſtet, ſatis aperte ſapientiſſima natura demonſtrauit, quae mirifico quodam artificio, ſingulariq., & propediuina prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, niſi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati ſumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coraceſium Pamphiliae animaduertiſſet, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honeſteq. obire ualerent, pedes illis, ſicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quâ ueluti neceſſariam, atque in primis commodam ſiue natura, ſiue Deus nobis tribuerunt, quanto ſtudio cuſtodienda, atque adiuuanda ſit, nullus non uidet; eo praeſertim, quod ſi ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conſeruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori uſu ſint, una profecto exiſtit deambulatio, quam non

3 deuſu partium

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, D uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maiorem curam gessisse, nulliq. magis studuisse uideantur, quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum cẽ- lib.5. c.9. fuerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. antebal- E 5. de tu. ua. cap. 11. nea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quandoq. solae & separatae extruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro. 2.

Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tu neq. Pompeia spatiabere cultus in umbra,
Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & F quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulãtium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri exstruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudos relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumẽto quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Athenienſium in Academia, quod pulcherrimis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imita- I. 12. c. 2. tionem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

cum

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aestiui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare possint: Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sanitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum B temporum mutationes uarios locos habere. quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primũ omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. xxxvi. cap. xii. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, umquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xenophon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambu- C lasse, atque illam ambulationem apud medicos χειροθεραπειαν uocatam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere adiumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitio ambulare celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atq. adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante boni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exerci

li. Epist. 2. & 5.

In Oecon.

lib. 1. de re mil. cap. 9. & penult.

tatio multas ſpecies tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de- D
ſumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definie-
3 de uſu partium. rit Galenus ex crurum motu, ac quiete conſtare, motus ille, & per
conſequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel
tarda; aut uehemens, uel remiſſa: a loco autem uariabantur pariter
ambulationum ſpecies, quandoquidem modo in urbe fiebant, &
in gymnaſijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, &
In Occon. Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iſcomachus apud Xe-
nophontem, qui dum in agrum pedibus ſeruum ſuum equum du-
centem ſequeretur, meliori ſe exercitatione uti dicebat, quam ſi in
xyſto ambulaſſet; modo in locis planis, modo aſperis, modo are-
Coeli Au. li. Chron. 2. cap. 3. ſib. de cauſis procat. noſis, quos pro paralyticis Aſclepiades, Eraſiſtratus, ac Themiſon
male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, mo-
do longis, modo breuibus. de quibus omnibus copioſiſſime diſſe- E
ruit Ariſt. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambu
lationes, nempe quando uel ut auxilia ſanitatis, ac boni habitus ad
hibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. poſtquã
enim grauiores exercitationes confecerant, ne ſtatim ad quietẽ tã-
quam a contrario ad contrarium tranſitus fieret, ambulationes pau
cas & remiſsiores adhibebant, ſicut & poſt medicamenta, ac uomi-
tiones, atque uniuerſum hoc exercitationis genus καθαρτευτι-
κὸν appellabant: quamquam etiam gymnaſtae in medijs laboribus,
potiſſimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijſſent, a-
potherapia interdum utebãtur, quod Galenus ſummopere laudan
3. de tu. ua. cap. 2. dum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, ha
betur, aliquos ad exercitandam ſitim ambulatione uſos eſſe. nam
in lege Maenia ita ſcriptum erat: Exercebam ambulando, ut ſiti ca- F
pacior ad cenam ueniret guttur.

An Erectum ſtare ſit exercitatio. Cap. III.

QVI rerum ipſarum naturas leuiter perſcrutati ſunt, ni-
hil ambulationi ipſi, motuiq. diſſimilius eſſe, quam pe-
dibus erectum ſtare iudicarunt. At quoniam profun-
dius quaerentes in hanc ſententiam eunt, erectos. ſ. pe-
dibus ſtantes ſi non ambulant, ſaltem aliquo pacto moueri, propte
reaq. ſtatum huiuſcemodi ab exercitationum cenſu excludi mini-
me debere: ideo etiam de hoc ſermonem facere decreui; eo prae-
ſertim quod multi falſis rationibus ducti hanc opinionem ita ani-
mis imbiberunt, ut pertinaciter credant, ſtantes pedibus nullo

modo

A modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exsistere, cui motui statum plane contrariari praeter ceteros Plato ubique praedicat, dum inter prima rerum principia statum & motū ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissime persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, non quae moueri uideantur, ea moueri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficacissimis rationibus, ac fere sensu ipso demonstrantur. Aues etenim non tam quando modo sursum, modo deorsum uolitant, B in motu esse censentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod sic probatur; quia si auis quae stare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam nisi mortuam in terris uideri, & uiuam semper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto causſam, *nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea priuatum corpus*, atq. naturae suae dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturae suae inclinationem sursum sustinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quiescit, sed quasi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorsum a natura acti, altero animae sursum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis stantibus, C quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum illa sustinere obnitente motus quidam sensui immanifestus suboritur. cuius indicium illud habetur, quod si anima a corpore erecto stante exeat, illico ipsum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis persuasum esse debeat, eos qui pedibus erecti stant, ob cō tinuos, & contrarios animae corporisq. obnixus aliquo pacto moueri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi: cuius intensionis atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare maiorem laborem, ac lassitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti praeclarissime a Galeno scriptis mandatum est. Neque Plato ubi inter principia rerum statum perinde ac motui contrarium

In Soph.

lib. de tre. & rig.

rium collocauit, uera prorſus locutus eſt, cum Ariſtoteles. 5. Phyſi D
corum libro longa oratione non ſtatum motui, ſed motum motui
contrariari demonſtrauerit; niſi potius aliquis dicat, Platonem a-
liud genus motus ac ſtatus myſtice (ut ſolet) intellexiſſe, cum ex
ipſis naturas quoque diuinas conſtare aſſerat. Si igitur tot ration-
bus ſatis comprobatur, erectos ſtantes aliquo pacto moueri, atque
interdū non modice laborare, conſentaneum uidetur, ut nō ob id
ſtatus ab exercitationū ordine remouēdus ſit, quod exercitatio de-
finiatur eſſe motus, & ipſe minime motus appellationē mereatur,
quinimmo ſicuti quāplures motus, qui ſanitati, & bono habitui cō
ferre iudicantur, etſi uere ac proprie exercitationes non ſint, cōmu
niter tamen eſſe a nobis ſupra abunde oſtenſum fuit: ſimiliter & ſta
re erectum communi notione exercitationem eſſe cenſemus. Vn-
de ſapientiſſimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere E
alias praedicauit, ſtare, & ſedere ipſis inimica eſſe ſcripſit: quaſi in
uere uoluerit, dum corpus ſurſum uel ſedendo, uel ſtando deti-
netur, muſculos magnopere contendi, atque etiam motum quen-
dam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipſa in
cicatricem coaleſcere minime permittat. atque hoc eſſe puto, quod
a Coelio in Epilepſiae curatione ſtans exercitium uocatur. Num
uero antiqui gymnaſtae inter alias corporū exercitationes huiuſ-
cemodi ſtatū receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim
cum nullum fere uſum in ſtando haberent, niſi quando Milonis
imitatores erecti ſtantes ſeſe ceteris a loco dimouendos oſtentandi
roboris gratia praebebant, uel ſtatu non per ſe, ſed ob alium ute-
bantur: ideo haud quaquam ſeipſos in hoc genere exercuiſſe mihi
ueriſimile redditur. Quod quaeſo certamen in ſtando ſolum effe- F
ctum cerni poterat, quod aut ſpectatoribus delectationem afferret,
aut ſacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut ſtadijs inſeruiret,
ut horum gratia athletas ſeſe exercere, uel certare ſtantes ſolitos di-
camus? ſtabant tamen qui athletas certantes ſpectabant, ſed non ob
aliud niſi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitu
dinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus ſubſellia quiſq.
ſibi ferebat, quibus ad commodū, & citra moleſtiam ſpectandum,
necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur,
iſque uſus primum M. Meſſalla & Caſſio Coſ. creuit, mox P. Sci-
pione Naſica cenſore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mil-
le paſſuum ſubſellia poſuiſſe, ſedentiue ludos ſpectare licitum eſ-
ſet. Quod porro traditum eſt antiquis Romanis lege cautum fuiſſe,
ut adorantes ſtarent erecti, ſtantesq. Ioui ſacrificarent, quemadmo

dum

A dum Valerius Martialis de quodam scribit,

Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus usque in ungues,
Aethon,

Minime ad athletas in sacris certaminibus, uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & aequiore caussa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepenumero contingere consueuit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseuerarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effeciisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuscemodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus re-
B putãtur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probl. scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautũ insinuat dicens. Quis hic est qui operto capite Æsculapiũ salutat? cum detecto capite sem per ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demõstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaq. esse debere signi ficaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto
C necessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta statio, nusquã uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tametsi Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quam ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur, & corporia nima obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quo que humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus ferun tur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercitationis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D minus ad accómodandum in stomacho nutrimentum quam ad excitandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti uulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum, a cena ambulandum sit, comprobare uidetur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo, differre, quisne erectus sub sole stet, ὑλιθρεῖσθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur ea, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alteratio
5. tartic. Prob. 34. nem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illi qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam me
Epist. lib. 3. & 6. dicos, a quibus febres ex huiusce modi sub sole statu generari cre- E ditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuuij concremationeinteriret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoque prodesse, sententiamq. nostram, qua post cibos ueteres stare consuesse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non exstiterit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haud quaquam apti sunt, siue sani, siue ua- F letudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, conditiones obseruantur.

De pugnarum generibus. *Cap. IV.*

QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atque Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas in eundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publi

cis

A cis certaminibus ſpectaculisq. coronas uictoriae conſequerentur, populumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atque ſanitatem ipſam acquirerent, tuerenturq. Quomodo uero efficeretur, quoniam ſatis quiſq. ex ſe conijcere ualet, in hoc explicando haudquaquam immorabor: illud ſolum praetermittere nolo, apud Oribaſium duplicem pugnam in medicinae gymnaſtica exſtitiſſe: alteram cum telis ſemper, alteram plerumque ſine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci, umbratilem pugnam uocarunt noſtri. telorũ pugna efficiebatur, quando ſinguli inter ſe armis rudibus, uel incindentibus, & pungentibus certabant, unde μονομαχίας nomen antiquitus utraq. ſortita fuit, & a Coelio Aureliano hoplomachia hoc eſt armorum ficta confrixio uocata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At ſciamachiam fuiſſe, quando homo ad B uerſus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, praeter Platonẽ, qui & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν de pugnantibus ſine aduerſario dixit, auctor eſt Oribaſius, qui ex Antylli ſententia tradit, ita certantes conſueſſe non ſolum cum umbra manibus, atque cruribus pugnare, uerum etiam aduerſus columnam, & aduerſus palum, de quo fecit mentionem Iuuenalis, aut murum, nec non aliquando ſummis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam ſalientes, interdum tamquam pedibus cedentes, id quod tunc potiſſimum ueteres facere conſueuiſſe opinor, quando antimachus ſiue aduerſarius deerat, ſiue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non poſſet minimum quid damni pati, quod accidere ſolet illis, qui armis quibusuis aduerſum alterum contendere ſolent. Primum enim illud innuiſſe uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, C τῶντε ἐμψύχων, καὶ τ̃ ἀψύχων ἀπορήσαντες ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμνασῶν, ἀράγε οὐκ ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτὰς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc eſt, Si omnibus animatis & inanimis careamus, nũquid nos ob eorum, qui nobiſcum exerceantur, inopiam, aduerſus noſmetipſos uere umbratili pugna certare audebimus. & poſt ipſum Plutarchus in. 7. Prob. conuiuialium: ἀλλ' ὁρῶ, ἔφην, ὑμᾶς οἰουστε ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἰδωλα: ideſt, Sed uideo, ait, uos iam umbratili pugna aduerſus idola certare paratos. Neque uero admirari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnaſſe (quaſi id ridiculum ſit) affirmarim; quoniam etiam hiſce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex ſeipſis, ut exerceantur, aduerſus aerem pugnis, brachijs, armisq. certant, uel quando aduerſarius abeſt, uel quando a nemine uideri amant. De hac Paullus Apoſtolus loquẽs dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, ideſt, Ita pugnis certo, quaſi

5. chro. pa. cap. ulti.

Sat. 6.

7. de leg.

Prob. 10.

aerem

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & bra D
chijs nudis huiuſcemodi exercitationem uſurpatam eſſe rationi eſt
conſentaneum. Hae itaque fuerunt duae pugnae ſpecies, quas ma
iores noſtri exercitationum loco in uſu habuiſſe reperitur: ita ut
nulla gymnaſtica exſtaret, quae inter alias exercitationes hanc non
receperit. quod enim athletica uetuſtiſſimis uſque temporibus pu
2. Prob. gnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletiſſimũ
teſtem Plutarchum habemus, qui in 5. Sympos. ſcriptum reliquit,
antiquitus monomachiam ſcilicet, aut ſingulare certamen in Piſa
Ciuitate, & in Elide Peloponneſi regione iuxta Alphaeum fluuiũ,
circa quam quincto quolibet anno, hoc eſt, ut Pindari interpres
teſtatur, alternis olympiadibus, ſiue menſibus quadraginta octo,
aut quinquaginta certamina olympica Ioui ſacra celebrabantur,
uſq. ad mortem deuictorum cadentiumq. iugulationem procede-
re conſueuiſſe. Praeterea narrat Galenus, ſacerdotes in Pergamo E
priſcum morẽ retinuiſſe, ut aeſtatis tempore monomachias uocatas
exercerent. quas ne quis credat ſoli Graecorũ nationi proprias exſti
tiſſe, adeundus eſt Athenaeus, qui in quarto dipnoſophiſton au-
ctoritate Nicolai Damaſceni Philoſophi peripatetici refert, Roma
nos monomachorum ſpectacula non modo in feſtis, atque amphi-
theatris, uerum etiam in conuiuijs a Tyrrhenis conſuetudinem
lib. 15. ca. mutuatos adhibuiſſe; quamuis Romani non monomachos, ſed gla-
18. & li. 37 diatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulij Caeſaris aeta-
cap. 5. te in foro nouiſſime pugnaſſe, quoſq. pugnantes Smaragdo Nero-
nem ſpectaſſe ſcribit Plinius. Hi quoniam artem plurimis abſur-
dis plenam exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus
integre dignoſci poſſint, nonnulla de ipſis breuiter exponã. Nam il
lud primum deteſtandum plane habebant, quod certantes quam F
grauius poterant, ſeſe ferire ſtudebant, & non ſolum (quod ſcrip-
ſit Scribonius Largus, qui Tiberij Caeſaris & Meſſallinae aetate me
dicinam Romae exercuit) contuſiones in luctationibus patiebantur,
ſed etiam non raro uſq. ad alterius, uel etiam amborum pu-
3 de comp. gnantium interitum certamen protendebatur: quemadmodum,
me. p gen. praeter Athenaeum, atq. Plutarchum, Galenus quoque teſtatur,
qui ſe gladiatores grauiter uulneratos curaſſe, & ob id a ſuae ciuita
lib. 7. c 3. tis pontifice in eorum medicum cooptatum fuiſſe ſcribit. Quin au
ctor eſt Gellius, gladiatori compoſito ad pugnandum pugnae hãc
propoſitam ſortem fuiſſe, aut occidere ſi occupauiſſet, aut occum-
bere, ſi ceſſaſſet. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius.
2. Tuſculanarum quaeſtionum memoriae mandauit, athletas etiã

uulne-

A uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactum ijs esset, se uelle decumbere. nam usque adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec uultum mutarent. Secunda turpitudinis species, qua monomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidem Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguine ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaque de his, praeclare admodum sic a Cypriano declamatum est. Paratur gladia

B torius ludus, ut libidinem crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorum moles robusta pingue scit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis possit occidere peritia est, usus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest *inhumanius, quid acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est*, quod peremit. Quid illud, oro te, *quale est, ubi se feris obijciunt, quos nemo damnauit; aetate integra, honesta satis forma, uestе pretiosa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis suis miseri gloriantur, pugnant ad bestias non crimine, sed furore: spectant filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit: hoc,*

C proh dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tamq. diris esse se non putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius orationem hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatem ostendendam, nil luculentius haberi possit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue consulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & saeuitia plena libenter, atque maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerent, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria in foro per triduum auo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod

uenales

lib. 17. c. 7.

Primo de alim. fac.

lib. 28. c. 1. & li. 36. c. ulti.

li. 2. epist.

lib. 35. c. 7.

uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiteren- D
tur, mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo
simul ac impurissimo genere ueluti seruis exstitisse. Ex altera parte
3 defrac. lib. hist. 1. cum Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos,
cum Athenaeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam
exercuisse, cum Herodianus, atque Iulius Capitolinus Commo-
dum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis thea
tris, spreta Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scri-
bant. cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos mu-
nus gladiatorium, ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium san
Spartian' I Pupieno, & Albino. guine sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, ideſt Fortu-
nae uis quaedam expleret, uel ut insuescerent milites uulnera, at-
que caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum nar
In Anach. rat legem Athenienſibus fuisse, ut iuuenes cothurnicibus siue qua E
leis, ac gallis pugnantibus spectandis studium impenderent, quo
illi uolucres usque ad extremam uirum defectionem rostris certan
tes, intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda
uulnera, ne auibus ingenerosiores apparerent, inflammarentur,
cuius studij mentionem quoque fecit Æschines contra Timar-
chum, & Columella libri octaui cap. 2. Cum inquam haec omnia
mente contemplor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquando,
tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atque gladiatoriam
pugnandi speciem exercuisse: quando etiam apud Athenaeum re-
perio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puel
lae monomachorum instar decertarent, aut qui in delicijs fuis-
sent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pu-
gnam inter athletarum exercitationes adnumerandam esse. quos F
sciamachiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam exer-
5. Eliacor. cuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Caryſtius athle
ta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnan-
di excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in
umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur: nisi cer-
tius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nomi-
cap. ὦδε δυνάμεως. nibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς ἀπ' ἐννοίας μιμεῖται τὰς τῶν ἀθλητῶν ἀπει
ρονίκας, οἳ πολλάκις ἀδυνήτους δ' εἶναι τὰς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι,
κ' τὸ δοκεῖν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτὰς ἀνδρείως σκιαμαχοῦν-
τες, δίονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: ideſt, Quod sa-
piens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur,
qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis
uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna

certan-

A certantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athletarum gymnastica pugnae aduersus palum exercitationem: cum Vegetius scribat, palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Ad haec bellicam gymnasticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruisse, abunde demonstratum est & a Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari omnes docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendum exercerentur, rudia tela plerumque in usum uenisse. quod enim huiuscemodi concertationes maximam ad belli peri-
B tiam utilitem praestarent, nemo qui hisce temporibus eorum professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione praeposuerit, in ipsisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarem monomachiam illam fuisse, quam Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyreneos aemulatos esse scribit, ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scrimiam uulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus cõducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus
C laborioſa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Posidonius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatam scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut micare non possent, & sex pedibus eminerent: contra illum palum ueluti contra aduersarium scuto, & claua tamquam gladio se quisque exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, insultaret, insili-

lib. 1. de re milit.

7. de legib.

Athenæus lib. 4.

lib. 1. de re mili. c. 11.

ret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum omni impetu, D
omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gym-
nastica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscet ille,
6. collect. qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is quidem
ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudi-
narijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum pa-
ratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae
pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis lo-
cis, rudibusq. telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia
inuexisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastae mune-
ra etiam armorum exercitationem tamquam bono corporis habi-
tui conducentem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum,
2. de tu. ua. quam umbrae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare
c. 11. & 12. monstrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura scio- E
machiam commendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam
multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. quam
enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam
fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus te-
statum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante
Lib. 1. demonstrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam ho-
plomachiam praue exercentem, siue potius aduersarium grauiter
& praesertim in oculis serientem, hisce uersibus carpit.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus.

Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuiuis esse potest, pu-
gnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasti-
cae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant, enarrandae, F
antiquorum exercitationes, transeamus.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus. Cap. V.

PRAETER exercitationes, quas iam perspicue quan-
tum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, mul-
tae aliae exstitere, quae licet ubique locorum, pro-
ut temporum & hominum uariae occasiones postula-
bant, agerentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuis-
se, Galenus sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ διὰ χοινίκος ἀναβι-
βάζεσθαι τὸ ἀπροχειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν idest,
per funem adscendere, manibus colluctari, ac plethrissare, & pyti-
lissare.

Aliſſare. Quomodo ſeſe per funes adſcendendo exercerent, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpectatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter [illegible] Galenum repoſuiſſe colligitur. nam funambulos, qui [illegible] hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſſe, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletiſſimo hoc teſtimonio confirmatur: Ita populus ſtudio ſtupidus in funambulo animum occuparat.

FVNABVLI
ΣXOINOBATHΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. ualet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant, si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειρισὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitte- 6. Eliae.
B ret, quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicumque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis excitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paullus Ægineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum uarijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Gale- 2 de tu ua. cap. lib. 2. lib 1. sen. 3. doc. 2. c. 2.
nus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum uterque uerbis plane ijsdem scripsit, ecplethrisare, fuisse, cum in plectro, id est in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque uicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursi-
C tans uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem, alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennae oratione conuincitur, a quibus pytirissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc ser- In Misc.
monem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de- In uita Lycurgi.

ſatigari. de hoc item locutum eſſe Iuuenalem arbitratus Scali- D
ger legebat.

Sat 11. *Qui Lacedaemonium pityliſmate lubricat orbem.*

Sed nos aliter ſuperius legendum demonſtrauimus. Praeter haec
enumerantur aliae exercitationes a Galeno, ueluti ſi cuipiam alter
s. d tu. ua. iuſsiſſet, ut ſe uiolenter detraheret, inflecteretque, dum ipſe non
manibus modo, uerumetiam cruribus, ſpinaque conſtans, & non
flexus reſiſtebat: quo genere Milonem ipſum exercuiſſe ſe ferunt,
dum alias conuellere ſe, mouereq. e diſco inuncto, ſuper quem
erectus manebat, ut ex praeſente pictura apparet.

uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pu D
gnum aperire iuberet, qui similiter malum punicum aut tale quip-
piam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis
enim haec potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilomi-
nus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebatur,
quemadmodum item cum alterum quis medium complexus, aut
etiam ipse medio comprehensus manibus digitisq. pectinatim iun-
ctis, aut quem complectebatur absoluere sese iubebat, aut ipse se a
complectente soluebat. Ita quoque si quis alterum, qui ipsum uer-
sus se inclinabat, a latere aggressus ilia manibus complexus, seu o-
nus aliquod sublatum inuicem protendebat, reducebatque, ac ma-
gis si dum gestabat ipse, nutu renutuq. corporis usus esset, exercita
tionem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus penden- E
tes deorsum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enar
rare nolo; quoniam omnes similes motus potius luctatorum ua-
riae roboris iactationes, quam exercitationes per se separatae erāt.
Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto si-
gnificantur sub his uerbis: κῂ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφο-
τέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μὴ πη ἀμυνόμενοι διαφύγω-
μεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις δι' γραμμῆς παί-
ζοντες, ὅταν ἐπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τἀναντία. id-
est, Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter
cecidimus, & nisi aliquo modo nosmet ipsos defendentes euada-
mus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaestris in linea lu-
dunt, quando ab utrisq. capti, in contraria distrahuntur. De his
enim loquitur Iulius Pollux, quando describens ludum distracto-
rum haec uerba habet: ἡ δὲ Διελκυσίνδα παίζεται μὲν ὡς ἔστι τὸ F
πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖ-
ραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τὰς ἑτέρας οἱ ἕτεροι, ἕς τ' ἂν καθ' ἕνα με-
ταστήσονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες. hoc est. Dielcystinda autem,
plerumq. in palaestris luditur, uerumtamen etiam alibi. Duae au-
tem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, siq. ad illam partem
transmigrauerint, penes illam uictoria est.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*

SPIRITVS etiam cohibitione inter exercitationes, &
praesertim apotherapeuticas ab optimis gymnasticis re-
positas fuisse, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. uale.
lib. & ante ipsum Coelius Aurelianus inter medicos non
infi-

A infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, cogunturque, ut exspiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis fervorem, spiritusq. generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraq. spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae dupli-
B cem spirationis cohibitionem in usu habebant, alteram, in qua uniuersi thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoq. musculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum senti rent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiusce modi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undiq. compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trusus propulsusq. fuerit, etiã penitus
C pertransire, extenuati iam excremẽti secum nonnihil arripit; quin immo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu utraque coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionẽ, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, dein-

Prob. sect. 33, 3 de Symp. cau.

deinceps uehementius & diutius ſpirationem inflatis buccis conti- D
neri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. ſecundum
praeceptum illud Hippocraticum omnia ἀπὸ προσαγωγῆς agenda,
antiquos medicos uoluiſſe reperio. Athletae autem quamuis hoc
exercitationis genere forſan non uterentur, nimirum quod nulli-
bi ad gloriam, ſiue ſpectatorum oblectationem aſſequendam ipſis
deſeruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes
ſpiritus quoq. retentione duabus de cauſſis uſos credo, tum ut a laſ
ſitudine recrearentur, perſpirabilemq. ſimul & purum ad ſubſe-
3. ſtru. ua. cap. 2. quentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus ſigni
ficaſſe uidetur; tum (quod rationi magis conſentit) ut maius robur
in impulſionibus, compreſſionibus, ſaltibus, atq. ſimilibus ex ſpiri
tu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quo
dã modo uires effici, ſi ſpiritus detineatur, quotidie declarant one- E.
ra geſtantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maxi
mos labores facilius ſuſtinere queant, ſpirationem cohibere cerni
mus, quaſi ex tali retentione ſpiritus intus aucti, & robur creſcere
2. partic. prob. 1. faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, ſicuti di
cebat Ariſtoteles, retentus ſpiritus uenas implet, itaque humores
exire, diſſlariue non patitur: unde poſtea retentis illis neque labora
tes ſudoribus diffluunt, delaſſanturue, neque uis, quam in humo-
ribus, ſpiritibus, & membris ſolidis conſiſtere medici omnes faten
tur, ulla ex parte flaceſſere, aut diminui ſolet. Scribit Plutarchus in
libro de praeceptis ſanitatis, conſueuiſſe aliptas, dum athletas frica-
bant, ipſis iubere, ut ſpiritum interciperent, ficq. fricationibus con
tra niterentur, quaſi ita partes corporis inunctas, & contrectatas di F.
ſtenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηρῶντας, τείνον-
τας, legendum eſſe, omnis ratio perſuadet: etſi bonus Eraſmus dili-
gens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarũ effi
citur, athleticam gymnaſticam non parum ex ſpiritus retentione
adiumenti capere conſueuiſſe, quemadmodũ medicinae gymnaſti
cos eandẽ quamplurimum aeſtimaſſe (ni fallor) abunde probatum
eſt. Immo uero etiam athletas oſtẽtationis, & ſpectatorum uolupta
tis gratia in ſpiritus retentione ſe quandoque exercuiſſe, inde con-
ijcere licet, quod Milonem illum capite, & praeſertim fronte ac etiã
coſtis & pectore robuſtis uittis ligato tamdiu ſpiritum retinuiſſe le-
gimus, quouſq. prae impetu intumeſcentes uenae ligamina illa diſ
cinderent. id quod ſatis confirmare poſſunt imagines, quas Ligo-
rius inter aenea Illuſtriſsimi Ferrariae Principis ſummi bonorum
patroni ſigna ſe inueniſſe, atq. ab eis haſce

propria manu expressisse nobis significauit. In ipsis namq. uidere licet fascias pectori, & costis ut meminit Galenus circumuolutas, tum uentres atque scrotam (sicut fit in ualidis spiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero sint raso capite, solis quibusdam in summo uertice capillis apparentibus, simulque halterem e brachio sinistro pendentem gerant, puto quod & serui essent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles toto capite raso, atq. cirro tantum in summo uertice relicto incedere consueuisse, memoriae proditum est.

De Vociferatione, & risu. Cap. VII.

INTER ceteros, quos plurimos, atque necessarios in humana uita usus habet spiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud sit, quam aeris uehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a respiratione sola, uel saltem non absque ipsa suppeditari, Aristoteles, & Galenus praeclarissimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum esse duxi, si, postquā de spiritus retentione uerba feci, statim uociferationis tractationem subiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam pauciſſima de uociferatione scriptis tradiderit, quāsique eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimatam fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae professores, aut militaris disciplinae studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, & si apud nullum auctorem notatum aduerterim: persuasum tamen mihi est, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipsorum professioni aut conuenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conserendis clamoribus non sine utilitate usos, quando Caesar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque uniuersi tollerent, quibus rebus

lib. 1. ser. 3 cap 5.
lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.
3. de bello ciuili

Abus & hostes terreri, & suos incitari existimauerunt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae conferre. Duo solum hominum genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorum gymnasticos. Histrionicam enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similiū recitatores, nec non uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus temporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari consueuisse. ob quod uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur. quem morem usque ad Galeni tempora perduraſſe, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamentorum composi. secundum locos lib. multa medicamenta recensēt, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur. ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharaedos scilicet, praecones, nec non tragoediam, ac comoediam personatos repraesentātes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drāmatibus, rhapsodijs, alijsue imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atque ijs interdum uniformibus, interdum uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Vt sit Comoedijs omnibus una satis. &alibi:

Dum

II. & 19. partic.

lib. 5 chro. cap. ult.

In Ione

19. partic. prob. lib. 7. c. 25.

Lib. 7.

Dum ludit media populo ſpectante palaeſtra, D
Heu cecidit miſero fibula, uerpus erat.

& quemadmodum Iuuenalis inſinuat ubi ſcribit.

Sat. 6 *Soluitur his magno Comoedi fibula.*

&

Si gaudet cantu nullius fibula durat
Vocem uendentis praetoribus

Satis itaque conſtat, uociferationis exercitium maiorum noſtrorum temporibus in uſu exſtitiſſe hiſtrionibus, magiſtrosq. phonaſcos, ſicuti artem phonaſciam a Theophraſto fuiſſe appellatam. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur inſtitutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum eſt, tam Graecos, quam Romanos locum ſecundum Pauſaniã
lib. 1. Atti. imagine theatri conſtructum habuiſſe, in quem deferebantur poe- E
mata, priuſquam in theatro agerentur, & ex quo certamina muſica ſpectabantur, ᾠδεῖον a Graecis, a Latinis ipſis odeum uocatum, in hoc uocis exercitationes, atque certamina praedicta effici conſueuiſſe exiſtimo, quando Suetonius Tranquillus Neronem, muſicum certamen inſtituiſſe, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, cithariſtae, atque pſallocitharistae certarent, excitauiſſe ſcribit. quamquam alibi quoque & praeſertim in gymnaſiorum exedris, in quibus philoſophos, & rectores diſputare ſolitos accepimus, ueteres uociferationibus certaſſe, ſe ipſosq. exercuiſſe ſuſpicor, cum ad formandas excolendasq. uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demoſthene fertur, uociferari, legere, & cantare conſueuiſſe, legamus. Porro finis, cuius gratia huiuſcemodi exercitationes ueteres in uſum prouexerint, multi- F
In prot. In lib. de tuen. ſan. In xix. partic. prob. plex fuit, ſicut a Platone, Ariſtotele, ac Plutarcho intelligere poſſumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophiſtarum ac aliorum ad hoc inſtitutis certaminibus, in dithyrambis τὴς ἀντιςρόφης ſiue aduerſarios ſuperarent, uel ut in ſcena & theatro quiſque munere ſuo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatio, & ad hiſtrionicum, & ad medicum uſum tracta fuerit, haud quaquam certo ſcio. ſed cum animaduerterim, Corneliũ Celſum inter exercitationes imbecilli
Lib. 1. c. 8. lib. 1. chro. ca. 1. & lib. 2 cap. 6. ſtomacho conferentes claram lectionem commendaſſe, ſimiliter & Coelium Aurelianum antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis uocis exercitium anaphoneſin a Graecis uocatum probaſſe, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idẽ adhibito praeceptore adminiſtrandum conſuluiſſe, ad credendũ

adducor,

A adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos, tempora & regulas calluisse: tametsi postea Plutarchi atq. Antylli temporibus ipsa maius incrementum susceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationem uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinem, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, ut pote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inserat. ob quae fortasse refert Galenus, Thessalum illũ, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in existimatione habitum B & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demonstrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cum aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spongia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquam prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur. sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestatius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabãtur, uocẽ quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eã redigendo: deinde cum non multum in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initiũ erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conseruanda ualetudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quã sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiuscemodi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

In lib. de u. ual.

4. Meth. lib. 29. c. 1.

In lib. de tu. ual.

pertinet

pertinet & illud, quod a Plinio lib. xxxiv. cap. xviii. relatum est, Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica exclamantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam dixi mus in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & modulos obtinuisse, merito quis a nobis scisciatari possit, qua ratione illud factum credamus, cum Plato quampluribus in locis diuersam & paene contrariã gymnasticae musicam effecerit, quod altera animum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musicam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, omnino a gymnastica separari, quia sic animorũ solatio atque iucunditati solummodo studet, moresq. hominum aliquo pacto componere apta est: ob quod eam Plato & Aristoteles in optimis rebus publicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios sonos, qui nõ sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica locũ obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio potest, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena exsistit, qui secundum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent, & seruant. ut hac de caussa nemo infitiari debeat, quin musica, perinde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocis usue abscissione curandis modo uocis exercitium musico monitore compositum, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum ordine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici praecipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gymnasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ultra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt, lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum exercitationum instar exinanire possunt. Et iccirco Aristoteles iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὅ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id est: Puerorum uero distensiones atque ploratus, qui in legibus prohibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum sint quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanq. cohibitio laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum distensis

19. partic. Prob. 38.

lib. chron. cap. 5. & li. 2. c. 6. & 13

7. Polit. cap. ult.

A ſtenſis contingit.' Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriae mādauit, quaſi illud ad augendas actionum uires non parum adiuuaret. Riſum pariter ſi quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (ſiue is titillatio praecordiorum exſiſtat, quemadmodum Ariſtoteles ſenſit, ſiue, ut eſt apud Meletium, motio quae in facie exſiſtentes muſculos diſtendat, ſiue muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiritus agitatione ab intimis uiſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum atq. intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora noſtra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non uidet hominibus, dum rident, tota uiſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pectus B concuti? innumerisq. fere affectionibus eorum ſtatum affici, quae ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoq. alios non parum iuuerunt: ut falſum dixiſſe apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui riſum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodeſſe credidit.

2. Tuſc. qu.

2. de part. animaliū. & 35. parti. prob. 6. In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyri.

De Cricilaſia, Trocho, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.

SI ea omnia, quae antiquis temporibus uſitata, ac, ut ſic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, ſicut de anatomica arte narrat Galenus, peruenirent, aut ab auctoribus ſcriptis mandata non interijſſent, mul C tos profecto labores, quos homines quotidie in obſcuris, a cantiquatis rebus ad lucem reuocandis ſuſtinent, citra ullam iacturam effugiſſent. ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateq. obſoluerunt, alia difficili obſcuritate deprauata ſunt, alia ſcriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam ſaeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum eſt, ut indies cogantur homines obſoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemq. neglectis & deturpatis ſplendorem reſtituere, nec non in tanta obſcuritate coacti, ſomniantes quandoq. a ueritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnaſticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emortuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tanto maiore excuſatione dignus uideor, quanto pauciores, aut fere nulli ſcriptores ſuperſunt,

2. de anat. admini. in princ.

Gymnaſtica I. a qui-

a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercita D
tionum genera, quae quod temporibus nostris desueuerint, uete-
rumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qua-
lesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirman
dum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam
κρικιλασίας, quae circuli impulsum latine sonat, modum atque fi
guram tametsi Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen
res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino
cuius erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones di-
gnoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis,
uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius
Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium ad
ducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6 ad Iulianum leguntur.
cap. 26. Ἐλλάσονα δὲ σχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τῆ μήκες, τῆ ἀνθρώ- E
» πῳ, ὥστε τὸ ὕψος αὐτῆ μέχριτῶν μαστῶν ἐξικνῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ
» μὴ κῦ μῆκος, ἀλλὰ κῦ πεπλανημένον, ἔστω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηρᾶς ξύ-
» λινον ἔχων τὴν λαβὴν, τᾶς μέντοι λεπίδες κρίκες τὰς προκειμένας τῶ
» τροχῶ ὠήθησάν τινες εἶναι προσιέσας, τὸ δὲ οὐκ ἄτοπος ἔχει ἀλλ' ὁ ψό-
» φος ὁ γίνομενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῆ ψυχῆ,
» ideſt, Habeat uero circulus diametrum hominis longitudine mino
rem, ita ut ipsius altitudo usque ad mammas pertingat, neque se-
cundum longitudinem, sed in transuersum impellatur, sit autem
impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anu-
los rotae circumpositos superuacaneos esse putarunt: at hoc mini-
me ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationẽ, atque
uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exer-
citatione homines circulum quendam magnum, cuius circumfe- F
rentiae anuli paruiinfixi erant, quadam ferrea uirga ansam haben-
te in transuersum latus impellere consueuisse. sed cum hac aetate
in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formã
& condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim tro-
chus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum.

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest; at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & il
le aeque sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis for-
tasse in animum induxerit suum; uerum tamen rem secus se habe-
re facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam li-
gneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur,
ut, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius,
» cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam

Iuue-

A Iuuenalis Saty. 14. hoc uerſu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq. ſolent rectum deſcendere funem

& Martialis libro. 11.

Quam rota tranſmiſſo toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilaſiae aſſimilari patet. quamquam credo petauro ualde ſimilem eſſe iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur aſſere funibus quattuor ad laquearia ſuſpenſo, & ibi ſedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus ſub oſcellarum appellatione a ueteribus ſignificatum puto: atq. id forſan eſt, cuius meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum ſudorem laudat, ut aeger ponatur ſuper inſtrumen-
B tum, quo pueri, uel iuuenes ſolent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Feſtum ait, petauriſtas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, ſiue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis uſurpatum fuiſſe apud Thracas, Ægyptios, aliosque populos ex hiſtorijs unicuique perſpectum eſſe poteſt. Nec minus iſtud indicant Auguſti, atq. Tiberij Caeſarum nummi, in quibus hunc in modum oſcellarum ludus repraeſentatur.

OSCELLAE VEL PETAVRV̄

A Qui licet ab hodiernis oſcellis diuerſus ſit quod ad modum, nihilominus re ipſa nequaquam diſtare facile perſpicitur; quod in aere uideatur non ſecus luſores quaſſari ſolitos fuiſſe, atq. nunc agunt, qui ſimiliter exercentur. Neque forſan prorſus abſonum eſt raptorium illum machinamentum a Coelio Aureliano macron ſparton uocatum uel ipſummet petaurum, uel ſaltem non ei diſſimile fuiſſe. Iam uero ſi quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilaſiae aequiparari queat, id profecto eſt trochus, quem Martialis ita pluribus in locis deſcripſit. 5. chron. cap. ult.

Inducenda rota eſt, das nobis utile munus, lib. 14.
Iſte trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe uagatur. ibidem.
Cedat at argutis obuia turba trochis. & lib. 11.
B *Lydia tam laxa eſt, equitis quam culus aheni,*
Quam celer arguto qui ſonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui ſono ſpectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulſor cum ansa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & uerſi clauis adunca trochi. lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilaſia ſua appoſitiſſime depinxit, niſi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpoſitos tradit, praeterea Cricilaſiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuiſſe ſignificauit. Quibus duabus poſtremis rationibus adductus in eam ſententiam uenio, quod Cricilaſia exercitatio aliquo pacto diuerſa a trocho Latinorum exſtiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, mi-
C nime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emiſſum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ' ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἕ'στρεφον ἐυρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. - ideſt:
At pueri ſcytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quiſq. ſuum in triuio.

Et quem appoſitiſſime deſcripſit Virgilius his uerſibus 7. Æneid.

Ceu quondam torto uolitans ſub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro uacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur ſpatys, ſtupet inſcia turba,
Impubisq. manus mirata uolubile buxum

Dant animos plagae, D.
minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruam gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprime repraesentat haec figura,

E

F

a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumento expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctus q. pilae, discive, trochive quiescit,
Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenseat:

pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praesertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formâ habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exer-
B citatione non caruisse forsan contendat, cum apud Auicennam inter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea | efficiebatur. quas condiciones apprime nostro pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent. loc. citatis.

De Equitatione. *Cap. IX.*

HACTENVS eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidem sponte, & quodam modo libere mo-
C uebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur. quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a me dicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem extitisse, auctor est Plinius. post Bellorophontē Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usque adeo creuit, ut Hippocratis tempore omnes fere Scythae equis uecherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus 3. de tu. ua. lib. 7. c. 56. lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D
coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant in-
fecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates
1. Rheto. redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime
sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirma-
uit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos
eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippo-
cratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Pla-
tone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco om-
nes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes rece
perunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis
certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesi-
ma quincta Olympiade equorum cursus certamen inductum tra-
dunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E
Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum
in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad e-
quitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. stu-
7. Metho. dium equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Gale-
nus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora
equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. tem
peraturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent;
si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa
tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs
parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quasi
quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ul-
la pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in
quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut stu- F
diosissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur,
quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martia-
lis uersibus quisq. coniectura assequi potest.

Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis
Lib. 11. *Peruenit, & uictor praemia plura refert,*
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni,
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasi-
nae factioni fauisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit,
testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percutit, euentum uiridis quo colligo panni.*
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. uideres
Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis
Consulibus.

Has uero in fauendis diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quarumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

Roma magis fuscis nestitur, Gallia rufis,
Et placet hic pueris, militibusq. color. lib.14.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem
B colorem profitebatur. Etsi huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba. 1. de arte amandi.

Cuius equi uenient, facito studiose requiras,
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, fauе.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticā uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exer- 8. de leg.
ceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes euiC denter collocauit, sicuti Xenophon pariter tentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socratiexponens sic loqui In Oecon.
tur: μᾶ δ' ἐ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἔπι τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταύτῃ ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίας ἱππασίας, ἔστε πλαγίᾳ, ἔστε κατάντες, ἔστε τάφρε, ἔστε ὀχετὸν ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ὑποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. idest. Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuēdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκό-

τως

τως γέ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμέ- D
νως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην εὐδιασκευάσ
μασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τῶν πλύτου δεομέ
λείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθά μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem
o Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempo-
re collectim sanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec
non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae
omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim & Is-
chomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elici-
tur, antiquos ad bellicas disciplinas comparandas equitationibus
usos. Quod uero medicorum gymnastae equitationes ad sanitatem
recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus ha-
bitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam
2. de tu. ua. cap. 11. orationem, unum Galeni testimonium sufficere deberet: qui inter E
reliquas gymnasticae exercitationes minime infimum locum eam
obtinere, cum nedum corpus, sed etiam sensus exerceat, scribit: ni
Loc. citat. si quoq. Antylli, Aetij, & postremo Auicennae comprobatio acce
deret, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exer-
citationes reposuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris ne-
potem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medi-
cis imperata illam curasse memoriae prodidit Suetonius: ut hoc ex
emplo persuasi credere debeamus equitationem tamquam utilissi-
mam a medicis semper magnopere existimatam fuisse: quamuis &
apud ipsos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, &
illis an gradarijs, an asturconibus, an succussatarijs, an concurren-
tibus: quorũ omniũ diuersas operationes suo loco explanabimus.
F

De Curruli uectatione. *Cap. X.*

DIximvs duo esse exercitationum genera, alterum in
quo homines a se ipsis solum mouen tur alterum ab a-
lijs, siue, ut Aristotelis more loquar, alterum in quo suap
te natura, alterum in quo alio mouente sese exercentes
mouentur. De primo superius tractauimus, de altero quod gesta-
tio Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo,
Herodoto, Galeno, alijsq. antiquioribus medicis Graecis ἀώρα
uocatur, in sequentibus uerba facere polliciti sumus. atque iam de
2. de tu. ua. cap. 11. equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, sermonem ex-
plicamus. ad alia igitur transeuntibus prima sese offert in curribus
uectatio, quam antiquissimam fuisse, nemo infitiatur. si quidem,

ut

Aut Arati uetuſtus interpres teſtatur, primus, qui equos curribus iunxerit, fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum ſcribit Manilius primo aſtronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuerſus exſtitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atq. ulmum. vnde elicitur ueteres ex huiuſcemodi lignis currus fabricaſſe, qui prioribus illis ſaeculis duabus tantum rotis conſtruebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas poſtea etiam ſex rotis currus conſtruxiſſe memoriae tradidit uetuſtiſſimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus ſtanno ornabantur, at poſterioribus ſaeculis non modo rotas, ſed tota uehicula ebore ornata fuiſſe, legimus apud Plautum in Aululari a, ſicuti Plinij tempeſtate tota eſſeda atq. uehicula auro, ac argento inſignita conſpiciebantur. Varijs praeterea rebus coB operta fuiſſe ueriſimile uidetur, plerumque autem pellibus, quem admodum in probl. Romanis ſcriptum reliquit Plutarchus: ſicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi ſolita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monſtruoſa animalia, ſed etiam feminas nudas curribus iunxiſſe, ijsq. ipſum uectum eſſe, tradunt. Haec porro geſtatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumq. luxum aliquando peruenit, ut eas ipſa uti ſenatuſconſulto uetare, coacti ſint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter ſeſe conſpiraſſent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciſcerentur, Romanos mutaſſe ſententiam, atque iterum illis curribus uti permiſiſſe, ſcriptis mandauit Plutarc chus. In quibus deinceps ne ſederent, neue equis per urbes ueherentur, M. Aurelius Antoninus philoſophus, matronarum conſulens modeſtiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnaſticos haec ipſa geſtatio aeſtimata reperitur: quando, ſiue ludos, & ſacra certamina ſpectes, ſiue medicorum libros perſcruteris, in omnibus ea uſitata apparebit. Quis quaeſo neſcit nona & nonageſima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas noſtras Plato in Phaedro elegantiſſime aſſimilauit, necnon bigas, quadrigasue curruum genera in publicis ſacris frequenter certaſſe? quod poſtea ſtudium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica ſpectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia propoſita ſpectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

li. 16. c. 42. & 53.

lib. 7. c. 56.

lib. de aere aquis & locis.

li. 34. c. 17.

Lampridi. in uita Heliogab.

lib. 27. c. 7.

tur, pro praemio uictorem ahsinthium bibere consueuisse, quasi D
sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur ma
iores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione
in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo
In paed. Cyri. tamen, quod, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tem-
pora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bel
lis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione ex
ercebantur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in cru
ribus se exercere consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam
inexercitati, & diuersorum agendi currus modorum expertes su-
perarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem uectatio-
nem tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curan-
dis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, Antyllus,
Oribasius li. 6. c. 25. Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasti- E
cae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febrici-
tantibus (quod paucissimis exercitationibus attributum inuenitur)
2. de tu. ua. cap. 11. tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quasi
duo genera effeciisse uidetur Galenus, alterū in quo homines uecti
sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe,
In probl. Rom. frequentissime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scri-
ptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo
prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio
non relinqueretur. Nūquid autem sani simul, & ualetudinarij in
ijsdem uehiculis exercerentur, indicasse mihi uidetur Herodotus,
apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur,
nec non bigis gestari solitos, atque illos a principio per triginta sta-
dia moueri, deinde ea conduplicare; hos a stadijs triginta, aut F
quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto
maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & te-
ctis, & apertis sine ullo discrimine usos esse, ueri simile fit: etsi for-
tasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possu-
mus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum
prospera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac lin
guam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehicu-
lo undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorū
infirmitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro se-
» ptimo, ita scribens ad Cornutum suum: Pareo collega clarissime, &
» infirmitati oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehicu
» lo undiq. occlusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omni-
bus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus cete-

ris

A ris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & conditiones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, aurigas si posideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensuram, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritū, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omnium fere eadem esset, B & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi. 2. de tu. ua. cap. 11.

De gestatione in Lectica & sella. *Cap. XI.*

LECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel *senectute*, uel *morbo impediti ambulare pedibus non poterant*, uel ob delicias, quibus semper homines studerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiusce modi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperatores, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis con creditorum traduxerint. utcumq. sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat; attamen uerisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo non admodum dissimilem exstitisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis C

sex

sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nũcupabatur, uti ex his uer D
Lib. 6. sibus Martialis perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica gestari uellet.

Cum sis tam pauper, quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatiere foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. uehit similem belua nigra Lybin
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro.

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue fere- E
tro mortuorum similem haberet.

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,*
Cum tamen haec tua sit zoile sandapila.

Lib. 6. Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper
libro. 1. ad uxorẽ suã. a sex seruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis lecticariorũ numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

Octaphoro sanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu si sanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro sede commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur in- F
seruiebat, ut Iuuenalis testatur his uerbis.

Sat. 3. *Namq. facit somnum clausa lectica fenestra.*

tamq. frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui solum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac gestandis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sellam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres; alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sinebatur,

Abatur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuisse, atque inde curulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere, atq. ipsis eandem rem significasse lecticam, & sellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius. s. in qua lecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica, tum sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes, & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum studij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsis, quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus ismodus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die ob seruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atque lecticam idem exstitisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait.

lib. 1. chro. cap. 1.

lib. 3. c. 6.

6 d tu. ua. cap 4.

lib. epist. 3.

Orib. loco citato.

lib. 10.

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso
Per medium pagnas, sed prior ire, lutum,

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cõfirmatur, Ipsas quoque iam lecticas, & sellas, quis in publico quoque domestice, ac secrete habebantur, eierauere. Iam uero sellarum alias fuisse pellicea, alias osseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

De

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio *Cap. XII.* D

QVOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης uocabulo a Graecis complexos sentio, sa ctam inter gymnasticae exercitationes recensere uelim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant, pauciss imiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: ueruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me silentio praeteriri debeant, non uideo. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed E puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare
Oriba. lib. 6. collec. lib. 3. c. 6. posse, ut praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sen
» tentia significat, quam cunas *ipsas*, quas etiam intellexit Celsus,
» ubi dixit, si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subijciē dus est, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. *& si Oribasij* interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorū eas nullū usum habere cēseant. Quibus similis quoq. est exercitatio illa puerorū, dū in ulnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a Pla-
7. de repu. tone pro ipsorum ualetudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusiense frequēter usurpata apud F Plinium traduntur, ut is infirmorum uoluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti in uentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem peperelib. 26. c 3. runt, ita quoq. utentibus multam utilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum uidetur; atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, uel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore exstitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae, & omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur,

opere-

A operæpretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scribit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut a terra sublati aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata, teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uolueruut aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu
B cillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscũq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione *illa* iucunditas desideraretur, quae *profecto magna in lectulis, at maxima in balneis* reperiebatur, nempe quae *praeter suauissimum illum* motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaq. titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam es-
C se, quamdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiusmodi exercitationem, quanta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotãtium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustũ ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

lib. 16. c 3.

lib. 33. c. 11.

lib. 9. c. 53.

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpo D
dio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti
figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſ
ſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctũ,
ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte,
qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederen
tur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuue-
nalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat.

Sat. 1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, uehatur*
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Al-
dus Manutius Paulli doctiſſimi, & eloquentiſſimi filius eruditiſſi-
mus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatã retulit. F

D. M
L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI
POSITA. VRGENIE. FATO. SANVM. IPSE. NECA-
VIT. SE. L. ÆMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
ÆLIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO
ET. SIBI

10. Meth. neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi mo
dum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀρρωστοῦντα δὲ λο
μαι νομίζεσθαι μὲν δεῖν τῷ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. ideſt, aegro-
tantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Liba-
lib. 19. c. 10. nius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum do F
miſum, in lecto iaceo; ubi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam
idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pe-
dibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſ
ſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maiori-
bus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum
etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum
corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud
machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aureliа-
no uocatum, qualisq. apud eundem recuſſabilis ſera Italica nomi-
lib. 3. c. 6. & lib. 5. c. ul. nata, quibus duobus geſtabãtur, nondum mihi plene compertum
eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque fa-
ctam inuenerim. niſi fuerit, ut ſupra diximus, petaurum, uel po-
tius ſit Coelij contextus deprauatus.

De

A *De Nauigatione, & Piscatione. Cap. XIII.*

INTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum B usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores exsistunt, quam *in paludibus* degentes. Ad aegrotos uero, quoniam *idem humores putridos, ac nocuos* tũ uomitu, quem *frequentissime insuetis* praesertim parit, tum uentis ac uaporibus siccis exsiccare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phtisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallionis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab hu- C iuscemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit, ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se misisse, & confirmatum a ualetudine redijsse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. 1. de re med. senserit phtisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus 1 x. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

4 Aph. 14.

1 partic. Prob. 54.

3. 1. doc. 2.

cap. 2. lib. 31. c. 6.

lib. 5. epist.

Cap. 6.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis nauibus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tã odor, quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit, contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim corpus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atque eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atque ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginiensib. mari bellum indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeiũ pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto milites in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarũ esse possit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refeciisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius uestigia adhuc manent, quemq. tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano imperatore editam hoc carmine descripsit.

In lib. de caussis na.

Lib. 26. c. 3

Lib. 1.

Si quis ades longis serius spectator ab Oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

Et par unda fretis, hic modo terra fuit,
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatum necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Æneа in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alij ludi, qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorũ imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur, 5. Aen.

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq. animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iuremerito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit, quorum sententias duabus de causis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum pro C barent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atq. aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere studeant, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cui usdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit. primum ut si facultas esset, id est si cum uxore nõ cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo

In tophist. & 7. de leg.

2. de tu. san. cap. 8.

6 de comp. med. fm l. 38. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in D
queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiusce modi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piscatoribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur; nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse.

De Natatione. *Cap. XIV.*

MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius E
usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natandi peritia si non eosdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tãti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud respub. quascumq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, ho-
Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c. 4 norabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propaga F
tio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur; quemadmodum exercitui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores
De Cyri minoris expedi. inter aquarũ pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; quia etiã ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Martium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exer-
lib. 1. de re mili. c. 10. citationes inirent, in altero sudorem, puluereмq. diluerent, ac simul

A mul natare perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatū reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, &, si uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro postea decimo fusissime scripsit seperantis, ipsa quoq. ratio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uni B uersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros temporis sui in aquis γυμνάδιναις παιδιαις facere consueuisse scripserit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecalfeciſe, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruaui, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinae C linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uisuntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thasio lapide aliquando circūdatas fuisse tradit Seneca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius qui in Epist. lib. 2. uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita scribit. Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in contrarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocaustum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegantes, quam sumptuosae. Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos describens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplū, si natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum

7. collec.

13. partic. Prob. 3. 4. De locis affect. Oribasius lib. 6. c. 27.

Epist. 7. & 13. lib.

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij D
baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocēs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις, idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς κυέλοις. quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedificatam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta
» uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5. Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,
Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quā fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub E
porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae
» clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi-
» cae hodie q. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, &
» exercitationis alioqui caussa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
» Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiusce modi piscinis scriptum est a Dione Maecenatem omnium primū in urbe aquarum calidarum natatoria instituisse. Quod uero *in labris illis* similiter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cū ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commendat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiā in
arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, nec non F
feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum in locis clausis & etiam apertis, qualis erat areae piscina, alterum tā in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationē feruentem solum in labris factitatam. ℘ si Plinius in locis paulo ante citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohaeret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calesacta ui solis, & maritimo situ potius quam de feruefacta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari agebatur. de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari,
22. partic. Prob 11. & 14. quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae suae corpulētia crassitieq. maiora, quam dulces aquae

sustī-

A sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & consequenter minus illa penetrare potest, cum dulces aquae ob tenuitatē suā citius & leuius illabātur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando construebantur, & ideo κολυμβήθρα uocabantur, sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τλὼ κολυμβήθραν τῦ σιλωάμ, ὃ νίπται Cap. 9. ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaq. natationē arcendis morbis, sanisq. corporibus exercendis & conseruādis usitatam fuisse, iam satis patet: quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit.

B

De Venatione. *Cap. XV.*

RAECLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non possit, maior ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis caussa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Aristoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nō uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, ijsq. ualidis, & sanis conseruandis uenationē tantopere aestimarunt, cuius nimirū studio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aesculapius usque adeo, sicut refert Xenophon, arserunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, sibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero solam medicinae gymnasticam huiusce modi exercitationem, sed bellicam quoq. & athleticam recepisse, probasseq. credendum est; si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinē, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus, cumu-

In lib. de ludo paruę pilæ.

1. Polit.

In libro de ven.

cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praesertim, ꝙ non in auibus decipiendis, sed in terrestribus
animalibus sine dolo capiundis laborioſe uersatur, de quo magis
nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine il-
lustrium auctorum testimoniis hanc sententiã audacter nimis pro-
ferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi exercita-
tione usa sit, iam inceptam uiam insequens demõstrare conabor.
Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiu-
mentum praebere putaretur, locupletissime testatũ fecit Plato, qui
postquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi disciplinam in tres
species, aquatilium scilicet, uolatilium & terrestriũ animalium di-
stinxisset, improbatis aliis duabus pro iuuenũ educatione, de terre-
» στριῦ uenatione in fine 7. de legib. ita cõcludit. πεζῶν δ' ἡ μόνον θή-
» ρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τ ἐυδόντ E
» αὖ, κ) μέρη νυκτερεῖα κλη θεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνε, εὐ'
» ἡ τ δ σκαπανήματα πόνων ἔχουσα ἀρκυσίτε, καὶ πάγαις, ἀλλ' ὲ φιλοπό
» νε ψυχῆς νίκη χειρεμένων τὴν ἄγριον τ θηρίων ῥώμην, μόνη δ' ἡ πᾶσι-
» λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τ τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν
» θήρα σώμασιν, ὧν ἅπαν τ κρατεῖσι δρόμοις, καὶ πλαγαῖς καὶ βολαῖς
» αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας δ' θείας ἐπιμελες. ideſt, Solũ
» itaque terrestrium uenatio, capturaue athletis nostris reliqua est,
» atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
» cturna uocata persequitur, segnibus conuenit, nullamq. meretur
» laudem, sicuti nec illa, qua laborum intermissiones habens retibus,
» & laqueis non laborioſi animi uictoria ferarum robur euincere co
» natur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines
» quadrupedia equis, canibus, & propriis corporibus uenãtur, quos F
» omnes superant illi, qui fortitudinis diuinae possessionem curantes
» propriis manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
» ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in com-
paranda fortitudine bellica diuina ab ipso nũcupata, uenationem
dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse
sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidẽ
tius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui
» de Cyro in eius paedia ita scriptum reliquit: δ πολεμικῆς δὲ ἕνε-
» κα ἀσκήσεος ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, ἅσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ὦ ετο χρῆ-
» ναι, ταύτην ἡγέμενος καὶ ὅλως ἀεὶς ἀσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ
» ἱππικῆς δὲ ἀληθεςάτην. ideſt, Exercitationis autem bellicae gra-
» tia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi
» stimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-

mam,

Amam,& equestris ueriſsimam. Quo in loco nemo non uidet,quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere cenſuerit. unde poſtea in lib. de uenatione iuuenes ad capeſcendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur:tum q; corporibus bonam ualetudinem comparat:tum q; eos ad bellum maxime inſtituit,ſtrenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Ariſtoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi ſtudium conducere uoluit, quinimmo illud ipſius partem manifeſta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio ſuperſit,quin inter ceteras militari gymnaſticae inſeruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuiſſe debeat. Quod uero nec athletica profeſsio huiuſce generis exercitio caruerit, uenatio-

B nes in amphitheatris ab Imperatoribus ſaepenumero repraeſentatae & apud Latinos ſcriptores mirum in modū celebratae demonſtrant: quae licet ab hac noſtra multum diuerſae fuiſſe appareant; illius tamen ſpeciem praeſeferebant, nempe cum beſtiarij,atq. alij mortis ſupplicio condemnati eo prorſus modo aduerſus feras uſq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius)contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare conſueuerunt. De medicorum gymnaſtica, quod ſcilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent,nemini non conſtare arbitror, quando, praeter Xenophontis ſententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem,qui inter exercitationes corpori ſanitati inſeruientes eam repoſuit, ludoq. paruae pilae in hoc ſolum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea

C nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorem Plinium, qui uenatione corpus ſanum conſeruaſſe inſinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditiſsimi teſtimonium ſufficere poteſt, apud quem legitur, contigiſſe in quadam peſte, ut, dum omnes fere perirent, ſoli uenatores ob ſummam ualetudinem aſsiduis exercitationibus partam incolumes euaſerint.ne ſilentio praeterea Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionyſius Syracuſanus acceptus, ſe cibis appoſitis delectari negauit.cui ſtatim reſpondit coquus,ideo illud eueniſſe,quia nec in uenatu, nec in curſu laborauerat, & ideo ſiti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, ſi Mithridatem, quem uſq. adeo ſanitatis,& uitae ſtudioſum fuiſſe ſcimus,uenationi ita auide operam dediſſe legimus, ut ſeptem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto uſus ſit. Ergo manifeſtum cuius iam eſſe poteſt, quantum in exercendis pro ualetu-

lib.1. poli. cap.5.

2 de tuen. ſan.

In libro de ludo paruae pilae.

lib.5.epiſt.

in.30. contract. 13. c. 3.

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius D
cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, uisco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus, sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores helleboro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circumciso uulnere caro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia, modo in terrestres belluas peragebãtur: illas uenationes aptiores existimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currentes, quam equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem, quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo, quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E
quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uenationis nostrae ualde dissimile fuisse uidetur; quandoquidem illi ipsi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant, unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper insectabantur, quorum metu aues percussae terram repetebant, ibique percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum uero accipitribus, atque asturibus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini Imperatoris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam uenationem, quae canibus arte quadam instructis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur. Sed de his satis. F

lib. 25. c. 5.

9. de his alaium. c. 36.

Explicit Liber Tertius.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis usu. Cap. I.

VM gymnasticae originem, eiusq. species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, esse cerimus, ad perficiendum tractationis nostrae institutum relinquitur, prius uniuersales, communesue exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, uerumetiã uti unusquisq. possit: deinceps ad particularia & magis propria transeundũ erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, facilius pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuisset profecto inanis prope labor, ac uanum studiũ exercitationes usq. adeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastam & condiderunt, & in quotidianum medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, ijsq. ad sanitatis profectũ non oscitanter uti placuerit. Atq. in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita secutus in omnibus quidem artibus, sed praesertim in medicina uniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedẽtes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendũ est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atque modus ex necessitate requirantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, opinionibus, primo differentias illas exercitationem

conse-

consequentes declarabimus: secundo, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conseruandae ualetudini studeant: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; si cuti namq. corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicũque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quinto subiungam, quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in hac materia iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu necessariũ positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Galeno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commissos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi ualetudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum roborasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidum reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, non modo optimas corporis a natura constitutiones tribus corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerumetiam plurima, ac sacuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, ijdem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, assiduisue medicamentis opus habeant.

D

E

F

1. de dieta.

2. ad tuua. cap. 7. & lib. de cibis bo. & mat. suc.

In eius uita.

Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in ſanis damnabant, & de exercendi neceſſitate, ac commoditate. Cap. 11.*

SI igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exſiſtunt, magnopere coarguendi ſunt, qui de corporibus exercendis prauas omnino, atque humano generi noxias ſententias diſſeminare non erubuerunt. Hos etenim in tres ſectas antiquitus partitos, eſſe ſcribit Galenus, quorũ alii quaſcũq. exercitationes ueluti ſanitati potius noxias, quam utiles penitus ſuſtulerunt; Alij neminem exerci uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes aſſuetos ſolum exercendos iudicarunt, inaſſuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & re- 5. de tu. ua. cap. 11.

B cenſere, & refutare operaepretium duco, ne ſi uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel ſi irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tãquam ſanitati cõducentia interdum accipiantur. Eraſiſtratus itaque, Praxagoras, & Chryſippi in medicina ſucceſſor, necnon Aſclepiades Pruſienſis magnae auctoritatis medicus inter alias abſurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & ſanguinis miſſionis uſum in infirmis abrogandum crediderunt, in ſanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre ſtatuerunt, atque ad hoc poſtremum aſſerendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod ſanitas in humorum omnium iuſto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinentur ex ciborum moderata ſumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indi-

C cat ſomnus, magis perficitur, a motu qualis eſt exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipſa deprauata neceſſario humorum harmonia, & ideo ipſa ſanitas deſtruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem ſibi adnexum obtinet, labor ſicuti naturae noſtrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam ſanus homo priuari debet, e medio tollit, atque ſic ſanitati potius obeſt, quam proſit. Tertia ratio erat, per eadem ſanitatem praeſentem conſeruari, per quae amiſſa recuperatur, unde cum deperdita ſanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conſeruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & conſequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo ſanitatem corrumpere, & non conſeruare nemo dubitat, cum ipſa in moderato calore & in commenſurato natiuo hu-

mido

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus de- D
tentos sanam uitam traducere', qui nullo pacto exercitationibus ua
care possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationi-
bus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitatio-
nes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris
persuadere conati sunt. sed eos ueh emēter aberrasse, omnes plane
confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utili-
tatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus no
stris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam
facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes
regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis
opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam
membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant,
quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo E
temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suf-
focarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas il-
lis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cū
non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita
alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus
a nobis seperemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excre-
menta retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitia
lium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Plato-
nem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete de-
strui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan
ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae
6. epid. cō. 4 rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τρο- F
φῆς, ἀκονίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio col-
locatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in
frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine ex-
crementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur,
membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtu-
tes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores
2. de dieta. euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος ἐ-
θίων ἃ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui co-
medit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistra-
tum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eo-
rum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in hu-
morum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima
succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen
concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportu

ne,

Ane, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimā concoctionem non suggerant, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum in tempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est; eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum exercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus euenient, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur.

B

Quod porro in secunda ratione asserebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe

C

ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobarunt; at ijdem sanos non modo a medicamentis nō iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

In proble. sect 5. In 2. de abst abaēalibus. Libr. 1. in prooe. lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est medio critatem transire, & consequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ueram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur; quae tametsi calorem natiuum augeat, superfluosq. humores inaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam natiuum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum humidum turbare, ac inficere possent, idem conseruet, & simul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, siue caseis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ὀλίγον πεπηγυμένοις, siue adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta, quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani uiuant, quando quotidie ea ratione quam plures aegrotare, atque etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, & usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aeris constitutionem describens, prauosq. in illa genitos morbos recensens, dixerit: Ἐγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισιν, νέοισιν, ἀκμάζουσι, καὶ τετέων τοῖσι μὴ περὶ παλαίστρην, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. idest, Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exerceban-

com. 3. de artic. aph. 1.

6. coll. cap. 2.

1. Epid. cō. 2. aph. 11.

Acebantur. quoniam si recte uerba auctoris uetustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flati
B bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere. Lib. 1. Cyr paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. Cap. III.

REFVTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerũt: quos praedictis meliorem sententiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni au ctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem
C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentissimũ praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerũt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae cõtinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colorẽ 5. de tu ra. cap. 11.

consopirent, pessimosq. morbos citra contrauersiam progignerẽt, atq. huiusce modi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, diffl aturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullũ reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo
2. de tẽper. diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri similem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus
6 Epid. cõ. 5 aph. 22. 1. partic. Prob. 51. prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεία secundum Hippocratem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, & sic de singulis; pariter rationabile fit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti discrimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere
5. de tu. ua. cap 11. sunt arbitrati, haud quaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suã adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: si quidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nũquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollẽda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiusce modi exinanitio peragatur, tal-

sum

A sum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratio, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, soliusq. balnei usu se liberasse, sanosq. conseruasse testatur. quod uero postremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerũ esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nõ parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, sed inexercitatos, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore ge
B nitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & qua si nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, caussis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, om nes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atq. illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaslibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aeque per-
C nicio sum, & letale inuenitur, atq. cuiuslibet motus cessatio, consumatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offensionem perducunt.

5. de tu. ua.

In li. de dictis, & factis Socra.

2. de tu. ua.

lib. de cib. bo. & ma. succi.

lib de cau. morborũ. li. 2. de fra.

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. D
Cap. IIII.

RESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandã praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasiq. supra naturae conditiones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici possit. Isti itaq. cum legissent apud medicorum principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quod omnes illi, qui cuilibet rei insuescũt, magna ex parte naturae suae conuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant: si quidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ip si consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uidetur. Huiusce modi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere.

2. Aph. 49. 50. E F

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam ſententiam ſecuti ſint, attamen neque ipſi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inaſſueta tranſeundum eſſe iudicauit, ne quando ad illa deſcendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agẽdum eſt, quando illa, quae conſueta ſunt, nimis pernicioſa exiſtunt, qualis eſt conſumata ab exercitationibus ceſſatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo ſenſu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, aſſentiri cogimur, aſſueta inſolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad inſolita quandoq. tranſeundum ſit, & praeſertim cum aſſueta ualde praua ſunt, & inaſſueta multo meliora. Primae itaque rationi reſpondemus, aſſumptum falſum eſſe uniuerſaliter intellectum, quoniam ſicuti multi conſuetudinem naturae eorum cõuenientem induunt, B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti ſtudijs, uel prae nimia ſtupiditate ſeſe laedi non ſentientes, in malis conſuetudinibus & naturae ipſorum inimicis perſiſtunt; quemadmodum faciunt quieſcendo & aſſueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non ſentientes offenſionem ei aſſueuerunt; non autem quod eam tamquam ſibiipſis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad ſecundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & conſuetudinem parum differre; haud tamen ſequi ex hoc, quod numquam conſuetudo mutari debeat: quandoquidem ſi medici naturas prauas, ideſt naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut ſanitatem, & habitum bonũ C corpori ingenerent, cur item peſsimae conſuetudines ab illis in honeſtiores, & ſalubriores permutari nequeant, ignoro; eo praeſertim quod facilius exſuuntur, quae cõſuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi conſuetudo pernicioſa eſt, quia (ut dicebat Celſus) poteſt incidere laboris neceſsitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis conſuetudinibus perſiſtunt, tametſi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inaſſueta deteriora non turbare, ſed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in ſimilibus conſuetudinibus uitam ſanam traduxerint: quoniam ſicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali ſucci uicti tant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occaſione peſsimos morbos incurrunt, ſimiliter quo que in peſsimis conſuetudinibus perſeuerantes ſaepenumero

2. Aph. 56.

Lib. 1. Cap. 3.

1 de al'm.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non per- D
cipiunt, quousque humores praui otio nutriti & supra modum au-
cti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamob-
rem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae
consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignoran-
tia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim ta-
men, & ut dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς studeant, illud pro
comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse
pernicioſas consuetudines, quam in illis cum delectatione persi-
stendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium
refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exer-
citationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demon
strare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra pro-
misimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum bre- E
uiter percurremus.

De exercitationum differentijs. *Cap. V.*

QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem
speculari, & scriptis tradere aggressi fuerunt, tres prima
rias illarum differentias effecerunt, quarum aliam ψιλὴν
3 de tu. ua. ca. 2. 11. 12. σκευας ικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, al
teram προθεραπευτικὸν, tertiam simpliciter exercitationem nun-
cuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni
interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in
qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis mo- E
tu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. alijs per-
agebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendam-
ue laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis
3 de tu. ua. cap. 8. etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes,
2. de tu. ua. cap. 3. quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodi-
ca quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cõtrarium
3 de tu. ua. cap. 12. absque medio subitus fieret transitus. Ἀ προθεραπευτικὴ exercita-
tio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq.
utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra
ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo fricti-
nibus, modo ambulationibus, alijsq. huiusce modi motibus factus,
qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum la-
xandis meatibus post grauiores exercitationes, post uigilias, post
maerores inseruiebant; & proinde hic motus a Galeno extrema

exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgrederentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio, uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab
B utendi rationibus acceptae huiusce modi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, & si continuus, aequalis, uel inaequalis; sin intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in-
C uenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatione, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, ἀκροθιρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui spatio insumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocris exercitatio euadebat: praetetea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον ideſt uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

1. & tu. ua. cap. 12.

1. & tu. ua. cap. 8.

1. & tu. ua. cap. 8. & cap. 10.

ra

ra celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & ἔντονον γυμνάσιον, D
ideſt ualens exercitatio uocabatur, ſicuti ſodere, per accliuia ambu
lare, quatuor equos habenis ſimul coercere, funem manibus appre
henſam ſcandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod
enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna di
cō. 1. aph. 6 ceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus ſexto popularium
morborum ſcripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes
& equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum
aliquali uelocitate fiebat, & remiſſa ſiue ἔκλυτος uocabatur, alia ſi-
ne ulla celeritate, & ἀμυδρὸς ſiue languida aut imbecillis dicebatur; ex quibus duobus generibus erant uectationes in ſellis, lecti-
cis, nauibus piſcatorijs, & ſimiles geſtationes: alia neque uehemēs,
ualens, remiſſa, languida, ſed harum omnium media erat, mediaq. E
& mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & mo-
deratae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuiſſe exercita-
tionum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & ſim
plicem; ſimplicium alia ſub dio agebatur, alia ſub tecto, alia in mi-
xta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia
in ſicco, alia in horum medio; praeterea aut erat perpetua, aſſidua-
que & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermiſſa, & uel inordina-
ta, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut ſine pulue
re, aut cum oleo modico, uel multo, aut ſine oleo, aut multa, aut
minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & len-
ta, aut mediocris, aut magna, & ſiue uehemens, robuſtaque, ſiue
ualens, aut parua, & uel remiſſa, uel languida, & imbecillis, aut
media. Superſunt modo dubitationes duae ſoluendae ex dictis no F
ſtris ſubortae, prima eſt, quod exercitationum differentias partien
tes aliam uehementem, aliam remiſſam, & paruam effecimus, cum
2. de tu. ua. cap. 1. & 2. aph cō. 16. tamen Galenus apertiſſime ſcriptum reliquerit, non omnem mo-
tum eſſe exercitationem, ſed uehementiorem. Secunda eſt, quod
inter ceteras exercitationes Fodere collocauimus, quem laborem
Galenus non exercitationem ſimpliciter, ſed exercitationem ſi-
mul & opus eſſe iudicauit. Primae dubitationi facile reſpondetur,
exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias
fuiſſe partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem eſ-
ſe definiuiſſe, ſed potius exercitationem proprie uocatam; & pro-
pterea nullo modo ſententia noſtra illius ſententiae repugnare ui-
detur. ſed ſi quis adhuc a nobis ſciſcitaretur, numquid exercitatio
propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis & huiuſ-
cemodi, huic ita ſatisfactum iri uolumus, exercitationē propriam,

quam-

A quamquam ex se uehemens motus semper exsistat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laborioſe fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporũ humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens &
B philosophus naturalis uocabitur; sin gratia eas uel conseruandi, uel corrigẽdi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum est de fossione, cuius finis si sit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat exsistat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recensuimus. & quod de fossione diximus, idem quoque de similibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere solebat ἐνεργῷ ὦ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor-
C poris gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta factitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat.

1. de tu. ua. cap. 8.

Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis iustos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lacesso,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quiesco,
Dum paruus lychnus modicum consumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter fossionem a nobis atque etiam a Galeno,

&

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D
transeamus.

De corporum morborum & sanitatis generibus. Cap. VI.

POSTQVAM aduersus male de exercitationibus opinantes disputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes esse, demonstrauimus: aequum est iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera esse traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tametsi multae factae sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, solum has tres corporum species accipiemus; ea scilicet quae praesenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaesas habent, licet E
alioqui nec perfecte sana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma sunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes sensibiliter offensas habent, ut nullo modo opera sanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media posita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorsus aegra, nec omnino sana nostris sensibus apparent. His itaque sic constitutis tertium aliud animaduersione dignum succedit, quod tria quoque exstant morborum genera, primum in intemperie positum, secundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis solutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida) siue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exsiccatur, uel simul frigefit, & exsiccatur, uel frigefit, F
atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exsiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur; sub appellatione simplicis eam intelligentes, quae suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotiescumq. corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, aut conueniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod corporis

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.

B DVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria tum ad augendam, confirmandam, conseruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarũt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate 6. Epid.
in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius,
C quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: ὡς ἀπὸ τὸ ἀσκεῖν ἡπίως τοὺς νοσοῦντας: ideſt, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἤπιος uocabatur. Ex altera parte non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum cor

pus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturba- D
tiones, motionesq. ſuſtineat, optime pernoſcatur. Quocirca ſecun
dum iſtos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nul
lis uehementibus, remiſſisue exercitationibus accommodantur,
quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augumentum ſuſci-
5. de tu. ua. cap. 11. pit, quemadmodum Galen. de Primigene ſumma caliditate labo-
rante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, im
mo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis
Li. 2. c. 14. magnopere laedebatur. unde merito condemnandus eſt Aſclepia-
des Pruſienſis, qui in ardentibus febribus referente Celſo geſtatio-
nibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac
uomitiones tollens, inedia, ſiti, uigilia, luce primis diebus aegro-
tantes inſtar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationi-
bus, geſtationibus, balneis, lectulisq. penſilibus exercebat. In his E
In prooe. lib. chroni. pal. etenim Galeni & Antylli ſententia exſtat, acuta febre laborantes
ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos
omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio tranſmitten
dos, ut refert Coelius Aurelianus, falſo crediderunt) ubi acceſſio
urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non
ſemper conferre, immo aliquando utiles eſſe motiones, exercitatio
Cap. 16. nesque; quod innuiſſe Hippocratem arbitror, dum in ſeptimo epi
demiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus tor-
peant, a lecto expellendi ſunt. quod item innuere uoluit Ariſtote-
les libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi ſcripſit febrici-
tantibus in uniuerſum diaetam, atque inediam conferre, alicui ta-
men forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac inſi
gniter exſiccatum habent, ſi exerceantur, aridiores euadunt, & F
ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim poſside-
re nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conue-
nire ſcribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec aucto
Loc. citat. re Galeno quamlibet motus ſed uehementioris tantum ceſſationē,
ſicuti nos hic de ſiccis corporibus intelligimus, quae geſtationibus,
& uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri poſſunt,
dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae ſint; alio-
qui ſicut ex moderato motu calor exſurgit, excitaturq., nec non hu
mores paullatim euaneſcunt; pariter ex immodico calor infirmus ex
ſtinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item cali-
da, & ſicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus
quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera mor-
bo ſubijciantur, maioriq. cura opus habeant; Frigida porro ſimulq.

ſiccca

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remiſsis exerceri debent, cum ſemper praeter morbi peculiarem affli
ctionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, ſicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent; quod motus ex ſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis dumtaxat, qui uniuerſum corpus intemperatum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. poſſit modus, quo partes ſanae citra aegrarum offenſionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe
B quentia quadam auxilium praeſtet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; ſed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, *in ſequentibus libris declarabimus, ubi particu*
res ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus.
De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili prope uia
determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nu
per & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſocientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae &
C contorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obſtructa aperire queant. Ad haec morbos in quãtitate genitos nõ raro exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo. & poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo craſſitie creuerat, ut neque pocem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſculapio curatum eſſe, mihi ueriſimile uidetur: ſimili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum, & bonum habitum reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle diſtribuatur, ſicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem

Lib de ſal. diaeta.

In. 6 epid. cõ. 3. Apho riſ. 2.

Galen. de dſijs morborũ. c. 9.

acqui-

aequirant: ita ſane ſe multos & toto corpore, & cruribus extenua- D
In. 6. epid. com. 3. tos curaſſe, gloriatur Galenus, ſicut item Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpo-
Secũdo de tempe 3. & 6. d tu. ua. ra ſubinde, a morbo in numero correpta, ſiue is ſuperfluus, ſiue mancus ſit, exercitationes ex ſe minime recuſant, & tunc praeſertim quando ſimilis morbus haud eſt innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concuſſioneque ab anguſtis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipſam ueſicam deſcendentes magnas aegrotis moleſtias adimunt. Corpora uero aegritudine in ſitu laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque ſitum amiſerunt, non modo reponenda ſunt in propriam ſedem, uerumetiam poſtquam repoſita fuerunt, tamdiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata priſtinum habitum repararint, alioqui ſi E
mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de ſecundo morborum genere mala formatione ſcilicet laborantibus corporibus dicta ſufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet ſolutione correpta, quae ſolutio uel in cute, uel in carne, uel in oſsibus, uel in neruis ac huiuſce generis ſimilibus contingere ſolet, atque modo ſola, modo febribus aſſociata; ubi corpus aliquam ex his ſolutionem febri aſſociatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, ſi raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod ſi citra febrem ſola continui ſolutio adſit, eaq. ſit in parte nobili, atque uitae maxime neceſſaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac ſimilibus, proculdubio exerci- F
tationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & ſpiritus parti affectae neceſſarios ualde diſtrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos eſſe conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudeſceret. Alia membra ignobiliora ſi patiantur continuitatis diuiſionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec inſignis ſit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales ſcabioſi, quorum cutis cum ab humoribus ſalſis & acutis diſcindatur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per ſudorem, quam per occultam tranſpirationem euacuentur, atque ipſis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduerſione in his omnibus opus eſt, quo optime cognoſcatur in qui-

bus

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis. Cap. IIX.

QVAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-
B los, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, si quidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine sibi ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorū reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo
C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐπὶ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; si quidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae siccio-

5. de tu. ua. cap. 11. & in arte medi. cap. ult. 5. de gener. aial. ca. 4.

6. collec. cap. 6.

In arte medic. ca. ult.

res, & consequenter eorum uires sunt imbecilliores, atque earun- D
dem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendandam
huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque pro-
bum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec mode-
rati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes
motus, qui sicuti solidas partes arefactas ficciores reddunt, ita calo-
rem diminuunt, & uires imbecillas consumunt. Ceterum senes,
quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum co-
piam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad ex-
purganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandum
atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendumue ca
lorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen
in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti de
bent, uires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, E
quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium,
quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, ue-
hementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant,
maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gesta
tio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudi
1. Rhe. c. 5. nis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia,
quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingraue scente
aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia
ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura
haud quaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato
ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam pepe-
risse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plus quam octo
ginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum F
trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambula-
re solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo ute
batur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuen
do maxime prouidum, quiq., aurium, & oculorum uigore inte-
gro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum an
num attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectu-
lo continueretur, hora secunda induueretur, ambularetq. millia pas-
suum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tū ue
hiculum adscēderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum
ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redde-
ret; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aestate
octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus, deinde pila
moueretur, uehementer, & diu post modum lotus accumberet,

&

A & paullisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres; qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum lassant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui caussa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gec Crere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patientes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis. *Cap. IX.*

VICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope exsistat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, quod in sanis maxime adiumentum ostendere possint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta ſanitate praeditum, quod menſura, & regula ce- D
teris poſitum fuit, potiusq. mente deſignari, quam in ulla regione
1. de tu. ua. cap. 7. re ipſa inueniri poteſt: etſi Galenus multa corpora temperata in ſua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpo re nullibi exſiſtente ſermonem non ſum habiturus, ſed de illis tantum agam, quae ita praeſente ſanitate fruuntur, ut ualeant ſine ulla moleſtia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex ſenſilium rerum exiſtat, quae ſenſui ſeſe produnt, & non quae ſola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora ſana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, neceſſario multa excrementa generant, quae niſi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas diſpoſitiones ingenerant: unde prudenter
6. aph. 28. ſcripſit Galenus, hominem, ſi utatur mediocri exercitatione, & be- E
ne concoquat, corpus a ſuperfluitatibus mundum reddere. Verum enim uero in ſanis quoque plurima conſideratione digna ſeſe offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum ſciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam eſſe debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes ſoſſorum, & meſſorum nemini fere eorum conueniunt, qui proſpera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robuſtis commendãtur, qualis lucta, diſcus, pila, & huiuſcemodi, eo magis ſi conſueti fuerint; moderati omnes quibus uis ſere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, conſuetudini, aetati, habitui uniuerſali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. De conſuetudine ſaepius diximus F
etiam in omnibus obſeruari debere, ſi quidem quae cõſuetae ſunt exercitationes, licet ſint aut nimis uehementes, aut nimis remiſſae, inaſſuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at ſi quis uel minus, uel plus quam conſueuit interdum exerceatur, protinus moleſtia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione
lib. de cauſ. mor. c. 11. & diſſ. feb. c. 2. contingere, ſcripſerit Galenus dum exercitationes conſuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, proiectos, & ſenes remiſſiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poſcere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro ſua quiſque aetate ſufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes tranſcendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, ſiue Polybus in primo de morbis) ſi plus conſueto labo-

rent,

Arent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulant, quia sicuti corpulenti, & crassi cõtrarias habitudines ex cõtrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Mãgones & Medici crassescere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel ἐυσαρκόι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exsistunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitates quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & crassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab

3. de partibus aãliũ cap. 9.

14. Meth. cap. 15.

lib. de sal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. ua.

de sal. diaeta. aph. 10.

2. aph.

exercitationibus arcendi, ne magis exsiccentur, neue moleſtiae mo D
leſtia maior ſuperaddatur, contra qui multum comedunt, multum exerceri debent; quoniam dicebat Hippocrates, non poteſt homo comedens ſanus uiuere, niſi laboret: in talibus enim opus eſt multo calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
1. de tu. ua. dicebat Galenus, facile ſuppeditatur, praeterea multum manducantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae niſi magnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas diſpoſitiones corpus deducunt. qui ſimiliter multum, & profunde dormiunt, multis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in iſtis perſpirationes retinentur, atque adeo ſanguinis copia partes exteriores deſerit, ſubitq. interiora, ut adacto cultello non aeque effluere ualeat, quemadmodum ſcribit Ariſtoteles, & ob id ſomnolenti
3 de hiſto. aſaliũ. c. 19 omnes decolorati euadunt; unde hos ſatis exercitari neceſſe eſt, E
quo perſpirationibus aditus patefiat, ſanguisue ad exteriora ſeruanda atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem ſic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut ſicci uel nihil omnino, uel lente ſatis, & minimum laborioſe exerceantur. nam exercitationes, quas ſuapte natura exſiccare conſtat, ſi in ſiccis corporibus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo ſanae mentis dubitarit. Calidi quoq. & praeſertim acri, ac mordaci calore praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
4. Aph. 13. incaleſcant, ipſisque, ut ſcribit Galenus, ſolae in neceſſarijs actio-
6. epid. cõ. nibus obeundis motiones factae ſufficiunt. Vnde Ariſtoteles, quae-
4. aph. 15. rens, cur alij ſedendo pinguefiant, alij macreſcant, ideo euenire di-
6. partic. Prob. 1. cit, quoniam alij frigidi ſunt, alij calidi, alij excrementoſi, alij non; & qui calidi ſunt, pinguefiunt ſedendo, cum eorum calor ſine mo- F
tu cibi concoctioni ſufficiat, ſimiliter & non excrementoſi. Qui uero excrementis abundant, & frigida temperie ſunt, macreſcunt ſedendo, quoniam a quiete eorum calor quaſi torpeſcit; & ob id minus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo creſcunt. De calidis huiuſcemodi Hippocrates ſermonem habuit,
6. Epid. ſect. 4. quando dixit: Ἐν θέρμῃ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλλιπύειν, uidelicet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conueniunt; ſimiliter & cum ſcripſit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσιν, τούτοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs ſcilicet minuendum eſſe & laborem & cibum, quos ob calorem infeſtat ſitis. Ex quo ſimul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. multum exercenda eſſe. Porro an humida ab exercitationibus iuua-
5. partic. prob. 9. men percipiant, nõ immerito dubitari poſſet; eo quod Ariſtoteles

ſcri-

A scriptum reliquit, corpora humida a labore suffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copiosi & feruidi effecti calorem natiuum suffocant: attamen ratio secus persuadere uidetur, quae demonstrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipsis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem consumendam, tum ad superfluitatum copiam adimendam. Quapropter, sicuti notat Petrus Apponensis, sententiam Aristotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut sint humidi & calidi, ut humiditas sit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim si laborent, & multum exerceantur, periculum est, ne humiditas a calore intrinseco acuto in uapores conuersa pulmonis, & cordis regionem occupando suffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
B riem posident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; aque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuersum praeditis illae saniorem, & minus molestam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, sicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare consueuerunt, facilius pariunt, ut scribit Aristoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa cõsumat, quae in mulieribus otiosis, & sellularijs augentur. 4 de gen. aīaliū. c. 6.
Quaecumque uero corpora calida simul & sicca sunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & sicca ratione frigiditatis exercenda sunt, ratione autem siccitatis neq.
C celeres, neque ualidos motus requirunt, sed moderatos & potius lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae superuacaneam humiditatem absumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuersum determinatum sit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. Cap. X.

ANTA est locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipsis factae uarijs modis disponuntur, ut non modo plantarum naturae, sicuti Theophrastus scribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor est Aristoteles, uerum & ipsorum hominum corpora, atque animi, secundum Hippocratis & Platonis sententiam, prout in diuersis locis uel na-

ſcuntur, uel aluntur, diuerſis atq. mirificis condicionibus affician D
tur. Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui
in ſingulis fere eorum artis operationibus locorum qualitates con-
ſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exſtant loca, atque
regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, con-
trarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quo-
que magnopere ſpectare debent, qui uel ſanitatis tuendae, uel bo-
ni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiam aliorũ
corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ual-
de mentem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non
contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt.
Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna
conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, ut ſit ab optimis uen
tis perſpiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad ſeptemtrionem, & E
orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentali-
bus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim ne-
que immodico calore ferueſcunt, neque frigore, & humore ſitus
contrahunt, nec perniciosis uaporationibus, a flatibus adductis, in-
ficiuntur; haec uero praeter aeſtum & frigus intenſum, quae modo
uno tempore, modo altero inducuntur, inſaluberrimas perſpira-
tiones uentorum ratione plerumque patiuntur. quod ſi loca habe-
ri poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. pror-
ſus temperata ſint, qualem & Hippocratis, & ſuã patriam exſtitiſſe
2. de tu. ua. refert Galenus, proculdubio haec cunctis praeſtabunt: alioqui ma
cap. 7. xime curandum erit, ne uehementiſsime ſaltem ibi uenti ſpirent,
quod corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facilli-
me uentorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea per B
nicioſos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a
uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hiema-
les, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint: nam hiemales in tranſtiberi-
na regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad
meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur, & proinde hiema-
libus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero ae-
dificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae in-
ter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam
blandam, & gratiſsimas umbras exercentibus ſe praebebant. Secun
dum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non con-
cluſus, non opacus, quoniam, ubi liberior exſiſtit aer, minus q con
ſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora reddun-
tur, quam ſi in craſſo, denſo, & concluſo exercerentur. Atque hinc

eſt,

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarũt, quam porticus & hypogaeum, sicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κἀγὼ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους φυσὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, id est, Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissimus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit, tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij nãque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambuiantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cursum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἐμέσας, id est, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοποτέρ εἰσιν οἱ ἀνωμαλοι τῶν εὐθειῶν. id est

In lib. de dic. au. fac. Socrati.

lib. 1. ca. 2. 5. partic. Prob. 1. 37

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequa D
libus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia sem
per ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia to-
ti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigen-
tur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in
cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratio-
ne exsistunt. Alij dixerunt τὰς δρόμους exstitisse loca quaedam tra-
ctu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra anti-
qui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρομί-
δας uocata tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem
fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν ἐυσκίοις δρόμοισι Ἀκα
δήμου θεᾷ, id est, in ambulacris Academi Deae umbrosis. uias uero ex
stitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicaui-
mus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in E
uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem
3. partic. Prob. 1. Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari,
qui per uias breues euntes saepe ac saepius repetere coguntur,
quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt,
cum illi priores modo qui escentes, modo euntes ab inaequali mo-
tione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos
postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tam
quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus,
tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerē,
qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius in-
funditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere,
ueri similius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in
eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἀρτι γὰρ ἐν F
τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροι τινες ἕτοι αὐτὸς, καὶ αὐτὸς, νῦν δὲ
μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id est, nuper enim & ipse, &
isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti
huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyl-
lus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatio-
ne. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanita
tem conseruandam, atque optimum habitum comparandum cor-
poris exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhi-
beatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla la-
bes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata
spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent
esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmo
di, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ra-
tione

A tione & loca ſecundum mare ad meridiem aut occidentem ſpectantia fugienda erunt, quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aeſtatem ſole exoriente caleſcit, meridie ardet, unde exercitari ſine magno incommodo nemo ibi poteſt. Quod ſi ſuperbiſſimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut ſupra retulimus, erectae, ſi ampliſſima illa gymnaſia ad hoc a maioribus noſtris magnifice exaedificata haberētur, nullus profecto locus aptior inueniri poſſet, qui omnibus fere exercitationum generibus magis ſufficeret: ſed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quiſq. locum ſecundum conditiones iam explicatas eligat, illud ſemper mēte reuoluens, quod, tametſi multae ſint exercitationes, quae loca anguſta, & occluſa expoſcere uideantur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, ſi non omnes qualitates, aliquas ſaltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium propoſuimus, habeant. Quamobrem ſcitiſſime conſuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi ſunt homines, hieme calida, aeſtate frigida, uel ſemper temperata eligatur; ſin minus, procuretur, ne ipſo praeſertim die calidior, frigidiorue ſit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas conditiones uno uerbo complexus eſſe uidetur Aetius Amidenus, ubi geſtationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in ſalubri loco, & puro aere fieri debere, ſcripſit. Aliae ſimiliter poſſent indicari locorum conditiones, nempe inaequalitas ſitus, planities, & huiuſmodi: ſed, quia partim explicatae fuerunt, partim ſuperuacaneae ſunt, plurimae ſub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines ſeſe in loco a ſole percuſſo exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam ſedeant, uel quieſcant, ſiquidem Ariſtoteles ſcriptum reliquit, ſe exercentes ſub ſole magis uri dum ſedent, quam dum mouentur, quoniam cum in motu ſunt aerem agitant, quaſique ſpiritu uentilantur; cum uero ſedent, quia aer immotus permanet, uim ſolis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

1. de tu. ual. cap. 7.

lib. 3. c. 7.

C

38. partic. prob. 6.

De-

DVo sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus consumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspiratiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiês corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullã amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exercerí uetat, necnon siccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccant. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile subit, humoresque se cum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. de-

6. partic. prob. 6.

6. partic. prob. 12.

E

F

inceps

A inceps grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται ἀκοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus tẽporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantũ attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sententia omniũ ueterũ auctorum censuit potius exercẽda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudos-
B que humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequẽs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa pauciſma generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu recluſa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut
C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Ægineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alio qui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur; quod sicuti corpora temperata in tẽperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

lib. de aere aq. & loc.

2. partic. prob. 21. 33 & 42.

3. de diet.

In Isagoge medicinae cap. 5. Lib. 1. c. 53

2. de tu. ua. cap. 7.

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter- D
lib. 9. epist. mittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione
Epist. pen. aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomo-
ad Fuscū. do diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit
» de exercitationibus: ubi hora quarta uel quinta, neque enim cer-
» tum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel crypto-
» porticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscen-
» do. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio
» mutatione ipsa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox
» orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis
» caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum
» ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo post. Nonnumquam ex
» hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post
» somnum demum lectionem q. non uehiculo, sed quod breuius, E
Plu. in lib. quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari por-
d tuē. san. ro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando mo-
tum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum ci-
bum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum
moxingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit,
quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis am-
bitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinimmo
impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur
Loc. cit. si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore depre-
henditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes deni
que probati medici uno ore pronunciarunt, semper exercitationē
lib. de cib. ante cibum esse faciendam. ὥσπερ γαρ, dicebat Galenus, μέγιστόν
bo. & ma. succi. ἐστιν εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ τῆ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, ἔστο καὶ βλαβερώ- F
τατον ἐστὶ σιτίσις ἡ πᾶσα κίνησις. ideſt, quemadmodum enim ad sa
nitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita qui-
uis motus post cibum pernicioſissimus exsistit. Nam dum exercita-
tio cibos praecedit, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, alte-
ra quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctio-
nem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum
corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excremētis faciliorē
exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac mul
tos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex ad-
uerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi cor-
poris habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uni
uersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testa-
tus est Theophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc

in

A in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἐδόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινέμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phtisicos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus post cibũ exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit, ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi supernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico: primum est, ut nullus exercitationem moliatur, nisi prius excrementa per nares, os, aluum, & uesicam expulerit, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Aui

B cenna, & ad haec etiam hesternus cibus apprime concoctus sit; quoniam si prius uel posterius quis exercitationem adeat, aut crudis humoribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, abstinendum a motu demõstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obseruandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingestus cibus, nec dum accomodatus concoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructiones innumerae suborientur. quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς ἐπενητέον,

C id est, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interijciatur mora, quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam sedata appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimũ obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuisse, scribit; crassi tamen qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quiescit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tũc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam

frigidam

2. de ca. pl. cap. 20. Coel. Aur. lib. 2 chro c. 13. & 14.

2 ð tu. ua. cap. 2. lib. 1. fen. 3 doc. 2. c. 3.

2. aph. 16. Auic. li. 1. fen 3. trac. 2. cap. 3.

6. epid 3. 6. Epid. cõ. 3. aph. 2

partic. 5. prob. 28. & 30.

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est, D
ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & ua
cuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehemen
ter ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercita
3. de sal. dieta 22. tiones, si Galeno credimus: frigidum autem ualde quodcumque
exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; non-
nullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post
2. de acutis uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, re-
fert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani,
de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudi
nis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, &
Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse,
quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei
aestus, quantum fieri potest, euitetur; quam horam in deambulan E
li. 3. de die. do commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper
adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum le-
gimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodio
res secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condien-
dum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam di-
ctitabat: Autumno & hieme uerspernam, nisi uel cibus mane sum
ptus, uel quid aliud uetat. Nam cum *hisce temporibus mane* aer
frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs neces
sarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane
sumptus non possit, nisi uespere, cõcoctus esse, ea sola hora exercita
tionibus apta ab antiquis probata est; unde Marcus Antoninus Im
perator, qui ualetudinis omnium fuit studiosissimus, breuissimis die
6. de tu. ua. cap. 5. bus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, F
& pugillatu se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitatio-
nes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scri-
bit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut
ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere commu-
nem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari ui
detur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur,
ad Euphemum ita scribit.

lib. 4.

Prima salutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia caussidicos,
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante » lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu » ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat; post » lectionem, palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationi- » bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut »
B caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. » una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus » ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis su » mebat, oua deinde, mulsum, atq. his refectus aliquando prandium » inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen sae- Lib. 1. ser. Sat. 6.
pius. Horatius quoq. paullo diuersius, & se ipsum, & alios libere ui uentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit.

Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
Ast ubi me fessum sol acrior ire lauatum
Admonuit; fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare; domesticus otior, haec est
Vita solutorum misera ambitione grauiq.
His me consolor uictum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibus uis impedimentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusq. superfluitatibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quam exercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnope re considerandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos semper dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse, atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, ut in hieme, alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Galenus tamquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, & duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uigesimum quartū continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasionē habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tenere debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

li. 1. sen. 3. doc. 2 c. 3.

Lib. de cuiusque animi pec. notitia atque medela. c. 5

D E F

Quanta fieri debet exercitatio. Cap. XII.

EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuam remediorum omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, ut quasi eius cognoscendae spe deiecti medicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum mensuram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-

ta

A ta committi solent, & plerumque (utar Plinij uerbis) inscitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exercere debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debent; quantum hieme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes; quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes B requirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est; unus, quando scilicet uapor sudori aliquantisper permixtus sentitur, uenae intumescunt, atque anhelicus permutatur: *cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat*, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabiliC ter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur; uel lassitudo iam immineat: illico desistendū est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cū malis exhauriātur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatisue mutatio, quippe quem, & copiosiorem semper, & feruidiorem edi par est, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur, tum cito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

lib. 1. c. 1.

5. de locis aff. cap. 5. li. 6. c. 11. li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 3. lib. 2. c. 3. 6. epi. cō. 2

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D
sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium
pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus
ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud ob-
stet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatisce-
rent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum
certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patian-
tur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis
erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent om
ni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi exsistentes
ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus,
exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc
in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant,
exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, ter E
minumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, si-
cuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum le-
gimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adole-
scentiam & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes po-
stulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel pau-
cum omnino fructum capiunt, *si minus*, uel utroque modo prau-
um aliquem habitum contrahunt: quocirca *terminus communis* iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo
usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe suf-
ficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare &
aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis e-
nim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus,
& laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F
leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen mo-
dum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto mi-
nus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem in-
tempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a na-
tura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod pae-
1. de tu. sa. c. x. 7 pol. cap. 4. dotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus
aequo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos
iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus
pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, quae athleta-
rum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum cor-
pora deformabant, augumentumq. impediebant. Nã inter eos, qui
Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdẽ adole
scentes, & uiri sint uictoriã consecuti, quod per uiolentas, & pluri-

mas

Amas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quo ad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & idcirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescentia membra, calorue sopitus proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intempera- B te uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus sossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit; quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hospleturnque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humi- C da corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se exspectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiant, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib. de cib. bon. & mal. suc.

1. de alim. fac.

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus D
alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum
est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus
anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summa-
tim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita
namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inanian-
tur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes per-
ficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt,
exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quo-
niam horum uires infirmae ualde exsistentes, calorque debilis, &
membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt
non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus
mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigatio- E
nem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, ui-
resq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exer-
citationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum pra
uam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius
expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis se-
cundum Galeni consilium debēt, alioqui periculum imminet, ne
a fluxionum pernicios is morbis protinus tententur: deinceps pri-
mo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitatio-
nis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum per-
uentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam
calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque
demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitatio
nem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra
colliquat; uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem in- F
Galen. 3. d symp. cau. terdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in
libro de causis prae inchoantibus; senibus immedicabiles lassitu-
dines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid sem-
per boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eude-
mum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exer-
cendo defecto magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit)
καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλ-
λείψεως ἢ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς
& quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa
sunto, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum
corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus dolo-
ris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte
38. partic. prob. 5. dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis im-

modice

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq; quantitatis exercitationum ratio his omnibus a nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. *Cap. XIII.*

BRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeundis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendis tantum potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iã uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionẽ pertinet, ut modũ, quo antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercendi ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebãt, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικὴ dicta frictione, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingrediebantur

6. colle. ad Iul. c. 15 Libro. 1. ser. 3. c. 2. Iib. 1. sen. 3. cap. 3.

lib. 1. c. 1

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & ſpatioſo, rarius ſeipſos D
induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat
modus, quo uel in gymnaſijs publicis, uel in priuatis locis maior
pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bo
no habitui comparando ſollemniter incumbebant, frequenter ute
batur. Nec quiſquam miretur, quomodo liberi homines ſingu-
lis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homi-
nes, nedum clariores quotidie defricari ſolitos, multi auctores, &
praeſertim Columella trigeſimo ſexto lib. cap. memoria manda-
runt. de quo defricandi more & modo, ſi Deo placuerit, ali-
quando tractationem huic adijciemus. Ceterum ueriſimile fit quã-
plurimos alios exſtitiſſe, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impedi
ti; uel neceſſarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ua-
letudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, ſed fricti- E
nibus, & unctionibus dimiſsis quaſcumq. poterant exercitationes
amplecterentur; ſicuti & multi reperiebantur, qui praedictarũ cauſ
ſarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habe-
bant; quibus omnibus exactiore uictu, & ſanis medicamentis opus
lib. 1. de ci- eſſe tradit Galenus. Verumenim uero cũ aetate noſtra gymnaſia il
bis bon. & la ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in uſu deſie-
ma. ſuc. rint eſſe, neq. gymnaſtas, & paedotribas, neq. aliptas, & renunctо-
res habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis
exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, ſat erit illis, qui
aliqua neceſſaria occaſione impediti libere ſeſe exercendi otiũ ne-
quaquam habent, ut potius quomodocumq. poſſunt, exerceãtur,
quã ſemper in cõſummata quiete degant; modo tamẽ hoc unũ ob-
ſeruent, ne ſtatim a cibo exercitationes eas quas gratia ſanitatis fa- F
cere uolunt, ſolicite nimis adeant, ſed ſaltẽ aliquot horas interpo-
nant, quo minus quã fieri poteſt nocumentũ inde ſequatur. Perro
qui ſuae ſpontis ſunt, & maiori otio propriorũ corporũ curae libe-
re uacare queũt, haec omnia diligenter obſeruare debent, primo ut
corpus tũ a faecibus & urinis, tũ a muccis & ſputis accurate emunda
re, caput pectere, manus, & faciẽ abluere ſtudeãt, ne excrementa in
uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipſo ambitu latẽtia, a motu excita
ta uaporationib. offendant; ſtrictisq. meatibus nonnũquã inſacta,
aut exercitationis calore eliquata obſtructiones, fluxionesq. duer-
ſas pariãt. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborẽ
ipſi ſuperaddere nequeãt, quaeue interim a uentis, ſi qui erunt, uel
a frigore tueantur; aut etiã ſi aeſtus urgeat, feruorem nullo pacto au
gere, ſiue fouere queant; nam indumenta niſi exercitandis priden-

ter

A ter accõmodentur, praeter impedimentũ, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudẽt, & alia incõmoda sustineant; si quidem sudor ita indutorum sine motu multò eueniẽs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumẽtum est, quod ita sudántes decoloratiores euadunt, cum humor per summa corporis passus, atque incalescens ab externo aere refrigerari non possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare cõsueuit a uestimentis inhibeatur. Tertio obseruandum erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intẽtionem augeat paullatim, usquequo ad terminũ, qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atque uehementiam rursum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis

2. parti. põ 30. & 38. partic. pro ble. 3.

B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nam subito ab intẽsis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiã robustis corporibus summe pernicioſum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione ex ites sudore madefactas exsuant, & siccas resumãt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, & cõq. denuò corporis meatus obstruitur; praeterquam quod pannis adidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quinto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primũ quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & valde remisso potius alicuo motu utatur, tãtumque a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatioue, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, & tranquillitas quaedam, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de vniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiãt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

1. con. de pu. epilep.

C

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.

SIcuti nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus exspectãdus esset, nisi recta atque uniuersalis methodus, quam superiori libro abunde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modũ vana euaderet, nisi haec particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam aggressuri sumus, illi connecteretur; siquidem incerta, ac E fallax ea cognitio videri potest, qua exercitatio vniuersali quodam pacto accepta iuuare intelligitur. Sed si qualis exercitatio, quod nocumentum, quamue commoditatem praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui cõstat, quod exercitationum quarumuis scientiam optantis animum explere iure debeat. Et ne circuitu inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequẽtibus singulos exercitationum iam enarratarum effectus prosequemur; atque hos cum ex antiquorum auctorum cõprobatis experientia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam esse ueram conditiones rerum inueniendi rationem scripsit
12. Metho. Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus sermo uagetur, ita materiam huiuscemodi declarare instituimus, ut primo commoda in corpore humana ex unaquaque exercitationis F specie emanantia, deinde incommoda sigillatim explicentur: nam illud, quod quãplurimis medicamentis euenire usu comprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosunt, alijs noceant, in exercitationibus item contingere, nemo ignorat. In explicandis praeterea vtilitatibus, atque damnis a membris superioribus principiũ sumentes, ut plurimum in ultima, atque infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullum corporis particulare membrum respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturum esse spero: Alterum & maiori facilitate, firmioreque cognitione quicumque haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum & habito a ualetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam pauciſſimi committentur, sicque demum multi eorum pernicioſorum morborum euitabuntur,

Abuntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus continuo parere solet: illud nãque a natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerũq. magnum detrimẽtum inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore ser
B uatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari operepretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamẽ omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliqua magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenũ in dogmaticorum secta sunt imitati magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo, q. s. gymnastica principaliter circa sanitatis conseruationem uersatur, consequenter circa curatiuam: nullam etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac simi
libus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cõcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinem tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cõsuetudinem in medium adducemus, non erit, q. ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tãquam

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

De chroni.

gymna-

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam D
& nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum
censuimus, quemadmodum ueteres alias experiētijs assiduis, alias
morborum cōdicionibus permoti paullo diuersius sentire quidem
uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insu-
per hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, li-
cet in multis exercitationibus diuersus exstiterit antiquorum mos
ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercita-
tio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum
nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibus-
dam, & non in rei natura diuerat, fere eosdem effectus, quos illi suis
attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unū, aut alterum ob-
seruemus; antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationi-
bus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam pauciſſimi fa- B
ciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorūque qua-
a. d diaeta. iuuta fine. litates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercita-
tionem in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum
puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, q hie-
me oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore
demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat,
cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodum
ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corpo-
ris remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea
maior pars hominum semel dumtaxat in uespere saturabatur, no-
strates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas
exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exerci- E
tationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid un-
ctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, to-
tumque illud nostris adimentes in reliqui eosdem uel parum di-
uersos effectus existimare.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus Cap. II.

Res praecipuas exercitationum differentias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium προπαρασκευαστικὸν, siue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικὸν, tertia simpliciter exercitatio nūcupata fuit. Exercitationē praeparatoriā, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scripsit

Apſit Galenus. qua de cauſſa athletae, qui denſitate corporum ſudores impedire, & conſequenter robur conſeruare ſtudebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria vtebantur. quam item vſurpabant quãplures homines poſt coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas ſatis a ſomno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare ſoleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduerſus Epicurum medicum grauiſsime diſputat. ſicuti quoque Paulli ſententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre conſueui, dum is contra ipſorum placita tempus concumbendi ſecundum cibum in ueſpere antequam ſomnus inuadat, opportunũ exiſtere credidit: quod laſſitudo ex coitu contracta obdormienti ſtatim remittatur. Exercitationem apo-
B therapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro ſpecie acceptam corpora ab immodicis laboribus exſucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum eſt a Galeno: un de iure merito poſt uehemẽtiores exercitationes, poſt uigilias, poſt maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, vt plurimum adhibebatur: *in iis quoque commendabatur, qui palaeſtrae laboribus aſſueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere.* Exercitationis ſimpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinſecis deſumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipſorum, a quibus ſumuntur, conditiones producere poſſunt: & ideo, qui in calidis locis exercẽtur, magis exuruntur, qui in humidis, humiditatem contrahunt, ſicque de ſingulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime diſponuntur ad im-
C bibendas quaſlibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs abutendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, q exercitationes perpetuae, ſiue continuatae & aequabiles magis delaſſant, quam inaequabiles. ratio eſt eadem, quam attulit Ariſtoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum eſſe motum, qui unus & continuus eſt, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo ſic delaſſare, quia ex mutatione naſcitur requies, laborq. omnibus partibus diſtributus a ſingulis minus ſentitur: qua itidem ratione motus interciſus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies laſſitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praeſentem laſſitudinem mitigant, uerumetiam futuram prohibent, ſiccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem ſuam oleo

3. d tu. val cap. 11.
2 de tu. ua. cap 3.
3 ſymp. prob. 6. libr 1. c. 35.
6 epid. tib. 1, ſect. 3. cap 8.
3. de tu. ua. cap. 2.
5. par proble. 1. & 12.

extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora, efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasticam uim, refrigeratoriam, ac repercussoriam. ut nō temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime extenuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, exsiccat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter differentias ab ipsius motus quantitatibus desumptas primae sunt multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratione Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exercitationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq. ita uiuendi acuties impeditur. Ex differentijs quoque a motus quātitatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas secundum Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraque medios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calorem quidem natiuum auget, somnos profundos generat, & concoquendis cibis, crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur. quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo conducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamentum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam sanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producunt, & iccirco sanitatis conseruationem non parum adiuuant. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis locis

2. de tu. ual. cap. 12.

5. de tu. ua. cap. 3.

Loco citato.

5. chronic. cap. vlt. Sect. 31. Prob. 14.

Gal. 6. de mor. uulg. com. 3. 6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3 14. Meth. Lib. 1 ser. 4. ca. 3 1. Gal. de pu. epil.

D

E

F

cis

A cis praeterire ſtatuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuiſſe credo, quando iam ſaepius demõſtratum eſt, uniuerſales huiuſcemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti eſſe. Illud hoc in loco ſcire oportet, in ſuperioribus libris multa de gymnaſtica bellica, & athletica nos diſſeruiſſe, ut expreſsius tota medicae gymnaſticae natura innoteſceret: at in ſequentibus de medica dumtaxat ſermonem habituri ſumus. eo quod illarum effectus cognoſcere parum omnino confert, ad id ꝙ optamus, aſſequendum, ſolosque ſanitatem, aut morbos reſpicientes addiſcere ſufficit.

De ſaltatoriae effectibus. *Cap. III.*

B QVicumque ſaltationum ſpecies apud ueteres in uſu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine temporis, ratione, proportione, harmoniaque muſica non caruiſſe ſciet. & iccirco noſtra tripudia βαλλισμοὺς, ac geſticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorſus diſſimiles exſtare cenſebit. Verumtamen illud inter antiquorum & noſtras ſaltationes intereſſe nemo non uidet, ꝙ, ſicuti illae aliquando ſanitati inſeruiebant, ita noſtrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conſeruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum poſt cenam, atque nocte inter ipſas commeſationes exercentur, quando potius quieti, & ſomno uacare praeſtaret. unde ſi ſaltatio opportune, quemadmodum maiores noſtri faciebant, & quemadmodum C cunctas exercitationes peragi debere, ſuperius demonſtrauimus, lib 4.c.11. adminiſtretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. Cubiſticam nãque, quam primam eius ſpeciem fuiſſe diximus, brachia corroborare, ſimiliter & crura, nimirum quae potiſſimum agitentur, quiuis intelligere poteſt. Itaque qui brachia robuſta corpusq. unde quaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput ſaltatur, illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri neceſſarium eſt, ſecundo uiſcera omnia quaſſari, inteſtinaq. ſuis locis dimoueri, & tandem dorſum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cõmouentur, magnopere pati, rationi conſentaneum eſt, ideo fugere ipſam expedit iis, qui ulla ex parte caput debile, uiſcera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel caſu aliquo ſortiti ſunt. Tertiae ſaltatoriae ſpeciei (de ſecunda in ſequenti capite tractabitur)

ſtabitur) quam ueram orcheſticam appellauimus, quam plurima apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel ſaltem non uſitata eſſe cum conſtet, ſuperuacaneum fóret ſingulorum effectus percenſere uelle. proinde ſat erit illa adnotaſſe, in quibus praeſtandis, & cuncta illa conueniſſe, atque etiam noſtram conuenire ueriſimile uidetur. χειρονομίαν etenim ſiue manuum geſticulationem attenuare humores, atque ſurſum carnes trahere, placuit Hippocrati ſiue Polybo. quam ſimiliter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum ſoluitur, commendauit Aretaeus, ueluti & in uertiginoſis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuerſum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi ſtomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile remedium exſiſtit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos pedes, uſque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniãtur, quae ſimile auxilium praeſtare queant. neque itidem alteri cedit huiuſcemodi exercitatio in extrudendis a renibus, ſiue uefica lapillis. Caeterum q̃ praegnantibus mirum in modum noceat, teſtatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias ſubiret, uteri ſetum abiicere cupiebat, conſuluit, ut ſaltaret, pollicitus ea ſaltatione conceptum corrumpendum eſſe, ueluti poſtea contigit. Quicũque uero caput debile, ac uertiginoſis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uerſuris, motibusq. continuis offenduntur: ſimiliter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus ſaepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & ſupercalefactos habentes, ſeminisq. fluxum, γονορροίαν a Graecis uocatum qualibet de cauſſa incurrentes a ſaltationibus abſtinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudeſcunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea ſaltationis ſpecie, quam antiqui ſine armis obibant. q̃ ſi quis armatae, quam uocarunt, ſaltationis conditiones pernoſcere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter ſtatuere rem poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, niſi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incaleſcere, & ſudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in poſtremo loco poſuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

1. de d'eta. prope finẽ.

Lib 1. cur. chr. ca. 1.

in li. de natura pueri.

2. de ca. ra.

De

A *De ludorum pilae effectibus. Cap. IV.*

EVdorum pilae antiquitus quam plures cũ apud Latinos, tũ apud Graecos exſtitiſſe ſpecies, abunde in ſecundo libro indicauimus: ex quo nullum operae pretiũ eſt hoc in loco, ubi ſolas exercitationũ qualitates explicare propoſuimus, eadem repetere: illud dũtaxat animaduerti uolo, quod & ſi noſtra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non correſpondeant: ſunt tamen magna ex parte ualde ſimilia: & ideo eorũ cõmoditates atq. nocumenta ſingulatim enarrare ſtudebimus, ut facta noſtrorũ cũ illis cõparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque ſimul cognoſci poſſit. ſed ne tractatio iſta confundatur, ſicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos B proſequemur eodem ordine, quo ſupra uſi ſumus. In eo etenim cõuenire cuncta harum exercitationum genera cenſuit Auicenna, q; fortes exiſtũt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuſcemodi ludis commodum percipitur, ut, qui in ipſis, uel ipſorum aliquo ſeſe exercent, promptiores ad motum reddantur, iiſq. uitales actiones roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & *robur collocant* Galenus atq. Paullus, cuius *merito corpora craſſa*, ut ſimiles exercitationes facere dictum ſuit, attenuat. ideoq. apud Noniũ a Lucilio ſcriptum inuenitur, Cũ ſtudio in gymnaſio duplici corpus ſiccaſſem pila. Prima autem paruae graecorum pilae ſpecies, ſecundum Antylli ſententiam, carnẽ ſolidam reddit, brachijs, dorſo atq. pullulantibus coſtis magnã utilitatẽ praeſtat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laborẽt ad ac C quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae ſpecies praeſtantiſsima reputabatur olim, q; corpus ſanum, & promptum ad motus cum robore cõiuncto praeſtat, adſpectum firmat, neque caput replet. Tertia uero ſpecies oculos, atque brachia iuuat, ſpinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cõmodum affert, crura propter curſum mirum in modum firmat. His porro omnibus paruae pilae ſpeciebus cuncta illa cõuenire cenſeo, quae Galenus in libello ſuo illis dicato, paucis uerbis cõplexus eſt, uidelicet q; tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae ſpecies prima ſecundum Antyllum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. ſuperioribus partibus, non ignobile iuuamentum affert. de hoc lu-

ca. 4. & 5.

Li. 1. ſen 3. doc. 2 c. 2.

2. d tu. ua. lib. 1. c. 18.

„

„

Orib lib. 6. co lec. cap. 32.

Lib. 9. cap. ulti. do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianum, quando in curatione priapismi sphaerae exercitium cõmendauit, quo materia in diuersum retrahatur, & spiritus flatulẽtus digeratur. Secunda species, quae plus iusto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq. manu propter magnitudinẽ emittitur, brachia firmat, sed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus est inutilis, uerum etiã bene ualentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, aeq. exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo lib. 9. c. ult. omittendam eã esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem vertiginosis obesse iudicauit lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniã capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intẽtiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces adnumerauit Paullus, quasi cum dictum a nobis sit corpora crassiora attenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuẽdã polysarchiam hãc exercitationẽ, quã a Graecis corycomachiam uocari scribit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratem, qui corycomachiam, & chironomiam idem praestare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec non ob plagas, quas infligit, *omnibus uisceribus idoneum exsistere.* Aretaeus item in elaphanticis *χορυκοβολίας* laudauit, si tamen quis plagas in pectore a coryco fieri solitas cõsideret, facile sentiet, eos, qui pectore debili uexãtur, simili exercitatione periclitari, & quãdoq. contingere posse ut in thorace uasa rumpãtur. Atque tot, quae de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quattuor speciebus complexa omnia in usum sanitatis recepta superius demõstrauimus. Horum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq. l. 1. c. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo uerba feciisse existimo, quãdo in epilepticis humeros sphaerae lusu exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus, & uesica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia confirmant. Nam Augustum, qui huiusce modi affectibus corporis In eius vita. c. 80. & 83. epist. 1. solicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiũ (ut refert Suetonius) adamasse opinor: quod cũ praecipue superiores partes exerceat, iis, l. lib. 3. ib. 1. c. 6. qui citatam aluum habẽt, & quos tremor corporis exercet, non sine ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercitationem

Actionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudētissimi, & sanitatis studiosissimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit. ut uere dixerit Martialis: Epist. 1. lib. 5.

Folle decet pueros ludere, folle senes. Libro 14.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intēdere semper & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est. quocirca iure merito Horatius huiusce modi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

Bsane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbātur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundam esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de *ipso sic Horatius scripsit: q* si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumētum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbecillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. Li. 4. chro. cap. 7. lib. 1. c. 2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere, potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicē congredientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & uēter faciei elationibus, depressionibus, ex- Gal. lib. de par. c. 2.

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigen- D
tur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace uitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur.

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.

LVcta, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieq. E
a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliqueruntur. unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam
Lib. 2. c. 8. declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium F
nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum
2. de diaeta. Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia
loco citato firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidũ, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tãdemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adiicit, pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper

quiete,

A quiete, magis ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quando humor a requie collectus, mox exercitatione educitur: sin continua agatur, modo solis corpora exsiccare potest. Priuatim autem capiti pro dest, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magistro peractam laudat Coelius Aurelianus, sensus exacuit. ob idque fortasse Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo palaestram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, siquando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope corpus calefaciat. qua ratione Oribasius palaestram siue luctam hidropisim curare, Theodorus Priscianus satyriasim exstinguere scri

B ptis tradiderunt. Ceterum huiusce modi exercitatio ob ipsius uehementiam febricitantibus omnibus inimica exsistit: ut non immerito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, q luctationibus febrientes interficeret. Humidos natura haud quaquam lucta exerceri consulit Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo comprimuntur, diuelluntur q. dãna recipiunt. ueluti euenisse Commodo Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter luctandum neruum latum oblaesisse, ob id q. & ipsum in posterũ, & Iudaeorum gentes a neruorum esu abstinuisse, auctor est Iosephus in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual-

C de aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interceptionis ex constrictionibus magnum impẽdet periculum. unde nõ temere Galenus, ne suffocẽtur, periclitari luctatores dixit, qui simi liter renibus, & lumbis male affectis talẽ exercitationem fugiẽdam esse uoluit, quãquã Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traiano Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo palaestrã minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescentia ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctãdum crura saepenumero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari credendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra uehementer facta. Quae uero remissius, & placide peragitur, uiceuersa secundum Antyllũ carnem multam generat. ex quo fit, ut iis qui a morbis sese reficere incipiunt, sit superiore accõmodatior, ac mini

2. prob. 7.

Li. 1. chro. cap. 1. lib. 2. c. 2. lib. 3. c 2.

lib. 6. c. 28. Lib. 2. ad Timo. c. 21

6. Epid. cõ. 3. aph. 32

1. de dicta.

1 lib. de pe. ad Post. 4. d rat. vi. in aut. in 6. epid. com 3. aph. 6. in libr. de passionib. renum.

li. 43 c. ult. 2. de motu mus.

mo periculo robur, & fortitudinẽ pariat: capiti, & thoraci prodeſt, D
neruos corroborat. de hac locutum eſſe Plutarchum exiſtimo, ubi
in ei⁹ uita. ſcripſit Lycurgum corpora uirginum curſibus, luctationibus, iactibusq. diſcorum, & iaculorũ exercuiſſe, ut, quemadmodũ germinũ radix ualidũ in acribus terris principium ſumens melius germinat, ita & hae partus robuſte tolerantes honeſte ſimul, ac facile aduerſus dolores pugnarent. Quae porro ſupra pauimentum efficitur luctatio, ſi credimus Oribaſio, praecordia atq. inteſtina uitiata adiuuat,
loco citato lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, ſed capiti eſt ineptior: uolutatio in palaeſtra, cum a Galeno inter celeres exercitationes recẽſeatur, ad extenuanda corpora accõmodata erit, ſicuti pro minuenda polyſarchia a Coelio commendata eſt, & ab Aetio ſi in puluere fiat, ad hidropiſim curandam: eam namq. humores ex-
5. de tu. ua. cap. 3. hauriendo refrigerare auctor eſt in 11. de diaeta Hippocrates: at ſe- E
cundum Galeni ſententiam iis magno ſtudio fugienda erit, quos ex leui cauſſa uertigines, comitiales morbi, grauis ophtalmia, uel aurium dolores male habent. ſimili modo, & illis, quibus tonſillae, & angina incidunt, quibusq. prompte in columellam, gingiuas, dẽtes, deniq. partem aliquam ex his, quae circa collum, aut totũ caput habentur, fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta. circa quam oriri poſſet multis dubitatio, cur Galenus, *qui gymnaſticam* artẽ omnibus alijs melius calluit, non modo luctam fere *nullibi* ad *quidquam* cõmendauit, ſed potius tãquam parum utilem, aut omnino noxiam damnauit: cum alias dixerit luctatoribus uaſa pectoris rũpi, alias crura diſtorqueri, alias ſuffocari, alias luctam a bene inſtituta republica odio haberi. At huiuſcemodi dubitationes ita diſſoluere licet,
ad Thraſ. cap. 41. quod ex ſententia ipſius Galeni uere palaeſtra, ſiue lucta, per quam F
exigua gymnaſticae medicinae pars exſtat, omnibusq. exercitationibus homini minus utilis: ſiquidem ſecundum ipſum iaculari, currere, equitare, ſaltare, uenari, nauigare, fodere, q̃ lucta exerceri melius eſt: & ſicuti athleticae, gymnaſticae luctatio magis accedit, atq. inſeruit, ita quoq; a medica lõgius recedit: unde non eſt mirũ, ſi Galenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quã in medicina minimã cõmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea, quae ab aliis auctoribus tradita inuenimus, explicanda eſſe duximus, non ut Galeni auctoritatẽ ceteris, uel ipſo ſuperiorib. quos male de exercitationibus ſenſiſſe ſcripſit, uel poſterioribus poſtponam; ſed ut demonſtrarem, ſi qua a lucta exſpectari cõmoda debent, haec ab auctoLib. de ſal. diaeta. ribus indicata, & nulla alia fore. De iſta nãque apud Hippocratem ſcriptum inuenio, q̃ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

ac

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minime; sed multū deambulare, secundum uentum, ac frigus. Quicumq. ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus, pancratij, & caestuum facultatibus. Cap. VI.

QVamuis inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectantes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praeseferat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplemur, neque illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum bra-
B chia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationem ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quā ab erectis, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiunt. at inferiores quoq. partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in
C iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiātur. Nocet pugilatus capiti. neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod 2. prob. 5.
exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex quafrictione cum calor increscat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Actium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitatio-

nibus per ſupernas partes factis curandum mãdauit. Quae frequẽ- D
tiſsime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus,
& Pancratium, luctae, atq. pugilatus minimus quidem fuit in gy-
mnaſtica medica uſus: ſed Pancratio multos, quibus aliquae corpo-
2. de tu. val. cap. vlt. ris partes male afficerentur, ſe curaſſe gloriatur Galenus. ex quo ſi-
cuti Pancratio ſe exercentes toto corpore, ut Pauſanias auctor eſt,
certabant, ſimiliter credere debemus, illud moderate peractũ uni-
uerſo corpori ad robur acquirendum prodeſſe: uehementer ſi fiat,
6. epid. cõ. 1 aph. 6. Li. 2. ad Timotheũ. ſolum athletarum munus exſiſtere. Ad haec cum a Galeno inter ma-
gnas exercitationes recenſeatur, caliditatem augere, & conſequen-
ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cõſentaneum eſt:
id quod intellexiſſe Theodorum Priſcianum, quem alij Octauiũ,
Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis diſ-
cipulum faciunt, arbitror, quãdo ſcripſit hidropicos labore nimio E
& continuis exercitationum quaſſationibus forſitan curari poſſe:
ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. ſcripta reliquit: ὑδρω-
prope finẽ. πιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἰδροῦν. quod itẽ innuere uoluiſſe Coe-
lium Aurelianũ poſsibile eſt, ubi ſtomacho ſollicitatos uarijs pa-
laeſtrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cõſuluit, ut
inflationes, ac frigiditates illius remouerẽtur. quae omnia etiam de
uolutatorio pancratio fere intelligi poſſunt. Pancratij ſpecies, quã
diximus 2. lib. ſub σωματομαχεῖν notaſſe Galenum, quod ad craſ-
ſiores homines efficiendos mirifice cõferret, indicauit ibi Galenus
ex gymnaſtarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres
athletas tranſtulit. Caeſtuum exercitationes, de quibus apud medi-
cos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod bra-
chijs praeſidium afferre ualeant, negare minime poſſum: cum ta- F
men exercitatio caeſtibus facta pugilatus ſpecies quaedam foret,
atque a Virgilio nomine quodam infami ſub hoc uerſu notetur.

Li. 5. Aen. *Sin crudo fidis pugnam committere caeſtu.*

In hanc ſententiam uenio, caeſtus apud medicos, ſiue in tuenda ſa-
nitate, ſiue in curandis morbis, ſiue in acquirẽdo bono habitu nul-
lum locũ habere, atq. ideo ſimilem exercitationẽ penitus omitti de
bere. Ceterũ illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatũ, & caeſtus
exercitiũ abſq. antigonilla quandoque uſurpatum, tuncq. ſchiama-
Lib. 3. c. 4. chiae, de qua infra loquemur, & ſupra quoq. locuti ſumus, ſpeciem
quãdam exſtitiſſe, dum ſcilicet pugnis, & caeſtibus aerem dumtaxat
percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atque bra-
chia citra moleſtiam exercere ualet, pariter alteri cum aduerſario
factae praeferenda ſemper erit: nempe cum plagis illis, atque

per-

A percussionibus careat, quae plerumque in huiuscemodi pugnis utrumque certatorem magna molestia afficere solent. quocirca si ali qui hoc genere exercitationis delectati, assuetiue (nam & Galenus ipse in exercendis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue assuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculum sese dumtaxat aduersus aerem in illo exercere, atque eo pacto sine plagis, & grauibus percussionibus, delectationem ac utilitatem optatam simul assequi: modo in reliquis ea omnia seruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis studiose obseruanda esse in libro quarto docuimus. 1. de tu. ua. cap. ult. Ca. 10. 11. & 12.

De cursus natura. *Cap.* VII.

B

SIcvti pugilatum priuatam manuum exercitationem paucos usus apud medicos habuisse ostendimus, ita cursum, quo pedes fere soli exercentur, maximae utilitatis exstitisse, & proinde a medicis, atque gymnastis saepius commendatum fuisse demonstrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces sunt citra robur, atque uiolentia, negare haud possumus, quin corpora attenuet, carnes atque succos minuat. id quod clarissimis uerbis antiquissimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex gymnastarum, & medicorum sententia asseruerunt. Est tamen in cursu agendo multiplex discrimen, quod alius uelocius, atque uehementius; alius remissius & placidius peragi potest: & hac ratione illius effectus uariari necesse est, quemadmodum etiam currendi modi, dum uariantur, alij in rectum, alij in obliquum, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuosas uias aguntur. Cursum quemcumque febrientibus detrimentum afferre, prudenter traditum est ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos cursibus curari scribentem de solo uehementiore sermone habuisse sentio, quando etiam in libro de paruae pilae ludo, illum ueluti nō salubrem, & plus aequo uniuersum corporis habitum extenuantem, nihilque uirilis exercitationis habentem iure improbauit. De hoc item currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi cursum uehementem exercitationem nuncupauit. alioqui Galeno repugnantem sententiam tulisset. Est igitur cursus uehemens fere ad sanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, sicq. ullum iuuamentum affert, proculdubio carni, 2. de tu. ua. cap. 10. 6. epid. cō. 3. aph. 2. 6. epi. cō. 3 Aphor. 31. ibidem Aph. 2.

ni, atque immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti com- D
1. de dieta. lib. 4. c. 4. probauit Coelius Aurelianus. confert quoque ex Hippocratis sententia ualde humidis corporibus, quo & ipsa humore exinaniantur, & humor amplius, atque citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdam strenue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus sealiquos nouisse referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni affectione sint liberati. Peculiariter uero ijs
5. partic. prob. 9. ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Aristoteles quaeres, cur, qui detrahere ad imagenus omne excrementorũ putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quã in ceterorum animalium facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo euenire, quoniam motus uelox, cum uires intendit, & spiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praete E rea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit. ex quibus omnibus locum superiorem aegrotare necesse est; & iccirco sapienter Theo
li. 2. ad Ti mot. ca. 2. dorus Priscianus scriptum reliquit cursum uehementem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atq. placidus ad corpora perbelle calesacienda, ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum *plurimum ualet; priuatim autem* defluxiones, atque catharros curare, & *aliorsum uertere idoneus* est. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginosis commendatur, sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubi sicca tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec non eo morbo quem Graeci *κυνικὸν σπασμὸν* nominãt. licet enim primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Stomachum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus li-
lib. 3. ser. 2. cap. 28. berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendũ consulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu
lib. 2. ad Ti mot. c. 25. 6. coll. c. 22 mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & seminis profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpionibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen sententia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam

si

A Si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atque crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cõmoda secum uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incõmodis (quae est communis remediorum omnium natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quam ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec ali B menti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum: neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nõ admodum firmum, uel urinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinam aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero C currunt, & si nullam antea grauitatem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniã in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendentes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti contingere in pila super pauimentum iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autem legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerum de alijs uehementer currentibus. Acanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine pectoris uenas latiores instar uaricis significans. Alioqui scriptum

lib. de affe. ren.

5. partic. prob. 38.

5. partic. prob. 91.

4. de nat. acut. aph. 115

Pli. lib. 29. cap. 1.

In Probl. medicis.

6. Epid. com. 2. 7. Metho.

In Merc.

ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D
numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur,
5. partic. prob. 16. modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualet. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum
lib. 3. c. 53. cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum usque adeo huiusce modi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse,
lib. 4. c. 8. traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Ruso. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro quo id silentio non esse praetereundum duco, quod Aristoteles scriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E
ibidem prob. 36. conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis obuiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contente magis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus
2. d diaeta. ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At re-
Oribasius Loco citat. 2. d diaeta. cursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque F
utilis est; iccirco non replet caput. Circularis uero cursus secundum Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, distendit carnem, & uentrem maxime: propterea q. acutissimo spiritu utentes humiditatē in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab
In lib. de in som. ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput ualde offendit, uertiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiūt, uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut ueſtitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priſcianus ſcriptis mandauit curſum cum ueſtibus laneis peractum aſthmaticis prodeſſe; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam ſincerus ſpiritus allabens ipſa non depurgat, ſed in eodem ſpiritu exercentur; auctor eſt Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui ſtellas deficientes in inſomnijs uident, quod ſecretionem in corpore humidam, ac pituitoſam factam, & in externam circumferentiam illapſam eſſe ſignificetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, ſicuti magnam ſudorum copiam eliciunt, ita generoſe per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Ariſtoteles ſudorem, qui corpore nudo currenti prodierit, etiam ſi mi-

in libro de uertig. li. 2. ad Ti mot. c. 12. 2. de diaeta. lib. de in ſomnijs.

2. partic. prob. 30.

B nor ſit, magis laudat, quam qui ſub ueſte ſe prompſerit, argumento illorum, qui nudi curſum aeſtiuo tempore actitant, quiq. coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, niſi quod, ut omnes qui loca libera & adſpiratiora incolunt, melius colorantur ijs, qui impedita, & ſilentia tenent, ſic etiam ſe ipſo quiſq. coloratior eſt, cum ueluti ſpiritui afflanti placide patet, quam cum perſtrictus, obductuſq. a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui ueſtiti percurrunt, & qui nimis dormiunt, quippe qui ueluti adſtricti, & propemodum ſtrangulati, minus reliquis ſeſe modico ſomno recreantibus colore florent. Curſum uniuerſim acceptum magis hieme, quam aeſtate ex uſu eſſe credidit Hippocrates, ſiue Polybus in ſecundo de diaeta libro. ex aduerſo Oribaſius tum hieme, tum aeſtate media conuenire ſenſit. cuius

C forſan ſententia uerior iudicabitur, ſi ſudorem quis aeſtate magis, hieme minus procurandum cum Ariſtotele arbitratus fuerit. ſed de hoc iam ſupra abunde diſputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc curſus tractationem pertineat.

Quid praeſtet ſaltus. *Cap. IIX.*

SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robuſta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praeſertim illum, qui ſine ulla intermiſſione iugiter continuatur; qua de re ipſum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes perſpectum eſt, licet poſtea capiti, atque pectori nocere

re ex eo conſtet, quod in huiuſcemodi exercitationibus alterum ue D
hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorſi in-
flexionibus comprimitur, & ex compreſſionibus mox uaſa tam pe-
ctoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisſe interdum narrat
5. Meth. in prin de nat. pueri. Galenus. Hoc praeterea ſaltui commune ineſt, ut grauidas mulie-
res abortiri facillime faciat: neque iſtud ab Hippocrate ſolum, cete
risq. uetuſtiſsimis auctoribus, ubiq. confirmatum eſt; uerum etiã
ipſa rerum parens, optimaq. magiſtra natura nos uberrime edocuit,
nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera ſaltantia firma-
14. de uſu partium. mentis quibuſdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
quibus fetus in utero continetur, dum illa ſaltare coguntur, faci-
liter diſrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-
nis nequaquam conceſſerit, opinor eo conſilio effeciſſe, ut cogno-
ſcerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaſlibet ſaltandi E
occaſiones ipſis effugiẽdas eſſe. Multae ſunt ſaltus ſpecies, quarum
duas Oribaſius Antyllum ſecutus nominauit, exſilitionem uidelicet,
atque ſaltum ita proprie uocatum. de exſilitione, quae quo-
dammodo curſui adſimiliatur, hanc ſententiam tulit, illam diutur
nis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexio
nibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes ſuperiores rapi-
tur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, ſeſe non alentibus,
ex carnibus, ſtupidis, atque tremulis praeſidium afferre. hanc etiã
in ci° uita cap. 83. intelleXiſſe opinor Suetonium, ubi Auguſtum ambulare ſolitum,
ita ut in extremis ſpatijs ſubſultim decurreret, ſcribit, quaſi ſic in-
firmitati coxendicum ſemoris, & cruris ſiniſtri, necnon ueſicae
calculis, quibus affligebatur, ſaepe occurreret. De ſaltu uero pro-
prie ſic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, ſed F
quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus
concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, &
admotum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod
lib. 2. c 11. Lib. 1. cur. chir. c. 1. ſi ad nates efficiatur ſaltus, qualẽ Lacaenarum mulierum fuiſſe iam
diximus, caput, ex eiuſdem Antylli ſententia, peculiariter purgat,
& purgando ſiccat. atque de hoc mentionem feciſſe Aretaeum pu
to, ubi in uetere capitis dolore ſaltum, & ξυνεντατὸν ἔντον ἀνείλη-
σιν laudauit, ſicut & ἄφαλσιν in uertiginoſis. euocat etiam men-
ſtruas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
in li de na. pueri. lit, quemadmodum Hippocrates teſtatum reliquit; ſecundas quo
que retentas quaſſationis merito deijcit, necnon uterum, qui ſu-
pra ſeſe contraxit, in ſuum locum trahit, haemorrhoidas prouocat,
lapillos ex renibus ad ueſicam detrudit: genibus tamen ob conti-

nuas,

A nuas, & nimis uiolentas flexiones, ſummopere nocet. Qui uerſus altum peraguntur ſaltus ſicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a ſuperfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum uiſcera omnia uehementius quaſſant, & ob id etiam qui uel hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus crura tumida gerunt, huiuſcemodi exercitationes ſummo ſtudio ex Paulli ſententia uitare debent, ſed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de cauſſa a deſtillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus moleſtantur. ſaltus igitur hi ſunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia neceſſaria eſt, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum adminiſtrari poteſt, pro ipſis ſupplere, redundantes q. humores exinanire manifeſtauit Gale B nus; licet poſtea apud uarios medicinae auctores, & potiſſimum apud Rufum Epheſium inuenerim, eundem et ſaltum ijs obeſſe, qui facile ſanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillitatem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipſis aut habent aut mox habuerunt: quinimmo etiam ſanis renibus interdum a ſaltu ualido frangi uenas, ſcriptum eſt apud Aetium. quae omnia de ſaltu ſimpliciter facto intelligenda eſſe uolo. Qui enim manibus uel lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis ſaltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, ut dicebant Ariſtoteles & Theophaſtus, quod illiinanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi uero minorem; ſiquidem brachium inani iactatione quaſi conuellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero ponduſculis manu apprehenſis facta nulla huiuſcemodi conuulſio contingit, C quando ſaltans id manibus tenet, cui quaſi nititur, quo minus fatiſcat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tenſis, atq. otioſis; quoniam ita quaſi ſeſe ſuſtentant, in eaq. manuum diuaricatione, & explicatione innixi uehementius, firmius, & conſequenter uelocius mouentur.

lib. 3. c. 53.

6. epi. cō. 3. aph. 2.

Lib. de paſſionib. ren.

5. partic. prob. 8. in lib. περὶ χόπων.

Ariſto. lib. de cōi aīaliū greſſu.

De Halterum condicionibus. Cap. IX.

SALTERIBVS factam exercitationem duram eſſe, atque uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. ipſe Galenus, dū in huiuſcemodi ponderibus apprehendendis, iactandisq. muſculos omnes, atq. neruos ualidiſſime intendi confeſſus eſt. qua ratione efficitur, ut affatim corpus

2. de tu. ua. Orib. lib. 6 cap. 34.

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum, D quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri memoriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus huiusce modi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stomachoq., quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo cibus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: laudat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emollienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras appellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo intercluso mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Galenus cuidam, qui mordax, praecalidumq. semen inter emitten- E dum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret suasit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curando huiusce modi exercitationem commendauit, quod animadueteret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq. semen, uerumetiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatu lentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum crurum curatione, nisi quid aliud impediat, halteribus peractam exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo minus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit. Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationē F congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequaliter agitatur, alterius autem uasa, ne ob maximam, qua brachia utuntur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quā rem fortasse considerans Martialis, fossionem, quam Galenus, & exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic exercitationi proposuit sub hisce uersibus:

Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?
Exercet melius uinea fossa uiros.

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea omnia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero particulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaq. iuuare, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce

omni-

6. d tu. ua. cap. 14.
6. cur. chro. cap. 1.
Li 5. chro. cap. 2.
6. d tu. ua. cap. 14.
lib. 9. c. ult.
d cōp. me. p genera. cap. 2.
6. epi. cō. 3. aph. 2.
lib. 14.

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres, ac lapides prope sphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiēdumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue, ac faciebant antiqui halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus exspectari debeant. 5. Eliacor.

De disci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.

B DE disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire,
C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lōgius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur. cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi permitterentur, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, exoptaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque ab Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In. 6. epid. cō. 3. aph. 1

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dis- D
solutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fecit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exstitisse halterum, atque disci, sciendum praeter
lib. 2. c. 12. uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris declaratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs contorsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijceretur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in discobolis uisebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu parum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud mi- F
nime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine mysterio Æsculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos sanitatis magistros arti iaculandi tamquam Deos praefecisse; nimirum hac sententia innuētes, huiusce modi exercitationem bonae ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni strenuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas, alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero peritonaeum disrumpi, intestinaq. in scrotum descendere, & per consequens hernias in similibus exercitationibus generari experientia F
compertum est: cumq. in emittendo maxima uis, atque intensa spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo huiusce modi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem,
5. de finib. bo. & mal. dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen uitam aucupio sagittarum iaculatione facto. quod an faceret exercitatio ipsa, an delectatio illam insequens, mihi ab utroque factum uerisimile uidetur.

A *De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.*

SI ullum eſt exercitationis genus, quod illis, qui ſanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoſcendum ſit, quodq. ceteris quibuſcumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem eſſe nemo negabit: ſi quidē nullus eſt, ſiue puer, ſiue adultus, ſiue ſenex, qui non modo eam praeſtantiſsimam, ſed ſolam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo uſu, quibus quaeq. corporis partibus,& proſit,& noceat,perfecte animaduerterint: id quod eueniſſe exiſtimo, cum ob uarias illius ſpecies, tum ob poſteriorum hominum incuriam, qui & in huiuſcemodi rebus, & in
B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oſcitantius ſeſe geſſerunt. Quamobrem operaepretium facturum me eſſe ſpero,ſi, deambulationum ſpecies praecipuas recenſens, conſequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonſtrauero. ſed duo ante cetera ab omnibus conſiderari cupio. Primum quod ſaepe inuenire eſt apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, *praecipi ſimul ambulationes, & exercitationes*; quaſi *illae ab his ſeparatae nec exercitationes ſint*. quorum ſententias ſic interpretari uolo, ut ſemper,dum ipſas ſeiungunt,ſub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, ſignificent; cum ambulationes communiter,& non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum eſt,duas Galenum, & eos, qui ipſius doctrinam ſecuti fuerunt, deambulationis principales ſpecies tradidiſſe,
C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam,necnon poſt relictos aliarum exercitationum labores adhiberi ſolitam, de qua nō eſt nunc inſtituti noſtri multa uerba facere;alteram ſimplici nomine deambulationis appellatam,qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem,aut in ſanis ad conſeruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti poſſumus. atque de hac erit tota noſtra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, aſsignauit; quoniam,cum tot ſpecies habeat, non parum diuerſas, ſub unica illas omnes differentia comprehendere impoſsibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipſo, a quo (ut ſic dicam) earum eſſentia exiſtit, tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres ſunt, aliae tardae, aliae uchementes, aliae remiſſae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres,aliae longae,& rectae, aliae breues, & reuersiuae, atq. D
hae,uel totis pedibus,uel summis digitis,uel calcibus. A loco,quoniam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis;& quae in uijs planis,aliae in inaequalibus,aliae in aequalibus,& uel sub porticu,uel sub Dio,uel sub Sole. A tempore,quoniam aliae fiunt hieme, aliae aestate, aliae mane,aliae uespere,aliae ante cibum,aliae a cibo. Tot enim deambulationum discrimina (ne minutius rem partiar)apud auctores,atque ex ipsa rei natura, experientiaue reperio : quarum nonnullae sane possunt esse apotherapeuticae,sicut apud antiquos
6. colle. cap. 21. fuerunt. At non est ignorandum,tunc illas in usum uenire, quãdo iam confectae sint grauiores exercitationes, siue post purgationes, quas medicamenta fecerint,& post sublitionem oculorum,& post copiosum uomitum : atq. hoc deambulationis genus aptum est animum remittere, spiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae distenta sunt soluere,itemq. thoracem purgare,& facilem respirationem reddere,instrumenta sensus roborare,uentriculum firmare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae lassitudinis sensum infert,quaeq. perturbat, explicare, atque dissoluere.
2. d diaeta. prope finẽ. de ista loquebatur Hippocrates quando scripsit, deambulationes post exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquetur, sed ipsam purgare.
16. famil. Epist. lib. Atqui deambulationũ simpliciũ mediocris ceteris omnibus magis ex usu est : de qua intelligendus est M. Tullij locus,quando is Tironi consulens, ut ualetudinem curaret, ab ipsa quinq. postulari scripsit,πέψιν,ἀλυπίαν,ἀδέπαλον σύμμετρον,πέρψιν,εὐλυσίαν κοιλίας, F
idest ciborum coctionem, tristitiae carentiam,ambulationem moderatam,oblectationem,& alui solutionem facilem. mediocrem autem appello ambulationem,quae inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit, quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tradidit
Orib. ibid. 7. epist. 79. Antyllus,quae, ut sentit idem, capiti,oculis,gurgulioni, thoraci, nisi adsit sputum sanguinis,male affectis auxiliatur. De hac loquebatur Seneca,quando sese destillationi,a qua ualde afflictabatur,de
Lib. chr. 1. c. 5. & li. 3. cap. 1. ambulatione succurrere fatebatur. hanc eandem pro insania,proq. asthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: est uero etiã
9. d comp. med. s. l. c. 1 g 1. maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta coacescunt, corrumpunturue. In arquatis, siue ictericis curandis ea usus Archigenes inuenitur. similiter efficax est ad mulieres,quibus suppressae sunt purgationes, & cum aluus sistitur, cibi supernatant,urina retinetur. non mediocriter quoq. coxendicis mor

bis

A bis prodeſt, & ad ſummam omnibus ijs, in quibus neceſſe eſt aut a ſuperioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad inferiores partes propenſa feruntur, excernere. Iam uero febrientibus omnibus deambulatio huiuſcemodi obeſt, nimirum quae, ut ſentit Galenus, calorem, & conſequenter febres augeat; nocet epilepticis, ſanguinem excreantibus, mingentibusue, aut ſeminis defluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere calefacit, magnitudinem carnis, ſi quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polyſarchia adhibendam eſſe iudicauit. Ambulationes tardae fere eadem praeſtant, quae ab apotherapeutica effici diximus: quo circa ualetudinarijs ſenibus imbecillioribus, & ijs, quos poſt cibum ambulare delectat, quiq. nuper a ſomno ex-

B pergiſcuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas ſeſe praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has etiam eſſe crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a cena ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius abſoluitur coctio accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro reficiendis corporibus exſiccatis commẽdat. In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laborãs deambulatione exerceretur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuẽ probauit, nempe quae ſine capitis concuſsione humores a ſupremis ad infima deducere, eos leniter diſsipare, attenuare, & uniuerſum corporis habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gratia eam in quartanarijs, ubi paroxiſmus non affligit, iuuare, mino-

C rem fatigationem quã ſtare pedibus afferre, tradidit Galenus. In ſpirandi difficultate & in ſacro igne ſimiliter, quem graeci ἐρυσίπελα, Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiuſcemodi conducere teſtatum reliquit Cornelius Celſus; quam & pro elephantiaſi curanda in uſu habendã eſſe conſuluit cum eo Coelius. uehemens ſiue nimia deambulatio frigidos adiuuat & ea ratione a Celſo ad debellandum corporis tremorem uſurpatur; an helitum auget, & flatus diſcutit, ac capita debilia magnopere perturbat, & ob id iure reprehendendus eſt Praxagoras, qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: pedibus ſimiliter debilibus, & ſuſcipiendae podagrae expoſitis noce; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro iſchiadicos dolores & podagram generari, ſcribit Galenus; ſicuti ex aduerſo remiſſam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

6. Epid. com. 3. aph 3.

li. 4. chro. cap. 7. & lib. 5. c. ult.

2. de acutis 3. 1. doct. 2 cap. 7. par. 1. 13. 7. Metho.

1. chronic. cap. 1. Cap. 4.

1. ad Glau. li. de palp. conul. & ri. lib 3. de re med. c. 33. li. 4. c. 4. & lib. 5. c. 28. Li. 4. chro. cap 3 Cel. lib. 1. cap. 4.

ternis conuenire, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulatio- D
nē molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. de
bent enim (ut scriptū est a Tralliano) qui podagra & articulorū af-
fectionibus turbantur, μετρίως, & ἀνευκόπως πολλὰ moueri, potis-
simumq. ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduer-
satur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsiq. aliā
rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahentes, ar
ripientesq. fluxibus iugiter causſam suggerant. Multa deambulatio
secundū Antylli sententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem ma
le affectum habent, & a quibus infernae corporis partes nō nutriū
tur, quiue in exercitationibus uehementiori motu egent; pauca ue
ro prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo
deambulationibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, &
quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatio E
minorem, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut non im
Oribasius ibidem lib. 1. c. 4. merito Coelius, atq. Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex
Lib. 3. c. 33. usu esse iudicauerint; at nimis exsugit, humiditates, atq. exsiccat. ob
Cel. lib. 3. idq. merito accusandus est Themison, qui atrophia laborantes duo
chronic. 7. decim stadiorum spatium gressu conficere suadebat. Longa & con
citata singultui comprimendo secundum Aetij sententiam strenue
prodest: breuis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex
motu & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius
opera laborem inferat, ita quoq. reuersionibus illis continuis ca-
put labefactat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epi-
lepticis damnatur; cuius rei causſa ambulatio quoq. circularis meri
to improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & ocu
lis uehementer noceat. Nam Cassius medicus antiquus in libello F
Probl. 38. problematum, quem graeca lingua conscripsit, causſam indagans,
ob quam motus recto tramite facti uertiginem non generent, sed
solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime dif
flationem materiae impediunt, circulares uero eā fieri non sinunt,
quod aer uehementius illisus prohibeat; ad haec materiae intus agi
tantur, quemadmodū & foris, ubi circumlatus neq. foras prodire
ualentes motū in capite uertiginosum afficiunt. sicuti nam q. icteri-
ci omnes externos sapores amaros sentiunt, & qui suffusiones in o-
culis patiuntur, quoscumq. colores rubeos iudicant, similiter in cir
cularibus motibus, cū in oculis humores in orbem agantur, omnia
externa circumferri uidentur, sicq. uertiginosa passio oboritur. Ex
ambulationibus, quae cum intensione crurum calcibus incumben
do fiunt, quemadmodū scriptum est ab Antyllo, capiti male affe-

cto

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulso, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atq. haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

B INTER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut descendẽdo exercentur. si fiant adscẽdendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quã per decliuia, nec non spiritum prosistere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam, itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, sic per accliue pressa onere nititur, acriusq. ob eius modi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum prosistit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre caussae possit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum

2. de tu ua. cap. 9. 2. partic. prob. 38.

C Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnumquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum adscẽdendo deambulare, atq. inter ambulandũ orationes pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dũ adscendimus, nos corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturã flecti retro, ob id q. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descẽdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nõ parũ laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

5. partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo D
crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer
fatigantur. Ambulationes quae tum adscendẽdo, tum descenden
lib. 1. c. 2. do peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarie
tate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam
imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sen
tentia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) unifor-
mitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent
similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad cor
pus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam fa
ctae in inaequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae
non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito de-
ambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum
ambulationes, quae in uijs peraguntur, minori cum labore fieri scri E
psit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc
Oribasius Loco citat. In Oecon. idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phae-
dro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praepo-
suit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischo
macus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in
agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae
praetulit. in his tamẽ disterminandis ualde refert, nũquid in pratis,
in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniã si fiant in pratis,
blãdissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentãt, nihil cõ-
mouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum
propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Fa-
ctae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxi
me profunda (quod genus est uehementissimae exercitationis) a- F
guntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firman-
das, corroborandasq. cuius gratia Augustus dũ coxendice, & fe-
more, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte
claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Sue
In uita Au guiti. c. 80 tonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arundinũ
remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad deficcandas fluxio
nes, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad con-
tinendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo
fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam
subinde, e supernis ad infernas partes deducendam, eamque dis-
li. 2. chro. cap. 1. sipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio
taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis pa-
ralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes,

aut

A aut loco concluſo, ut ſpelunca & ſimilibus a Celſo, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, ſed intemperato, uitioſo, craſſo, corpusque uniuerſum replente: niſi tamen porticus, aut loci cooperti in locis ſint domus ſuperioribus, ac tabulis ſtratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, ſint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum eſt huic ſententiae noſtrae, quod antiqui cryptoporticus in uſum iſtum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuiae, tempeſtates, aut immodici uentorum impetus, aerisq. iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt ſub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celſo praeferuntur. A Vitru- lib. 5. c. 9.

B uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praeſertim ſi uiridia adſint, quod tales magnam ſalubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus ſubtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat ſpeciem, & ita auferens ex oculis humorem craſſum, aciem tenuem, & acutam ſpeciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione caleſcat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque diſſipando, quod plus ineſt, quam corpus poteſt ſuſtinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur moleſtiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: conſuluit architectorum princeps ampliſsima, & ornatiſſima ſub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos ſubdiales hae deambu- Loco citato. lib. 5. c. 9.

C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & ſiccandi, & craſſos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & ſtagna, humectare poſſunt: ſed utraque nocent, & praeſertim ſtagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum ſupradictis ſunt praeſtantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nõ ſine damno: ſed ſi in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficaciſsimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud ſecus, atque ſi in ſublimibus locis ambules. Quae deinde ſub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet ſecundum Antylli ſententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa diſpergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida cauſſa ortis commendauit. ſed Oribaſius loco citato

quae

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusse excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Dio pro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uentis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sentire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quã parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimque Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre. nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur; si ficca, ficciora reddantur, & demum quaecumque sint, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assueti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiũt, quam quae tecto subest: quoniã aer assidua quadam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer, quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit

Lib. 3. chr. cap. 2.

lib. 1. c. 2.

in 2. de morb.

3. partic. Prob. 34.

Plu-

A Plutarchus, propterea huiuſcemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore ſuffuſae uitentur, quoniam, ſi per ipſas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Latus apud Plutarchum in nat. quaeſt. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipſa mordeat. atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum ſuperficiebus aſpergo quaedam noxia inde corporibus affuſa inhaereat, quae partes extimas ipſorum mordeat, atque diſcindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipſa, & uetuſto codice permotus legendum puto) ineſſe perſpectum ſatis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifeſto declarant, quae alioquin obeſae dum tenuibus ueſtimentis, aut lanis rori colligendo ope-
B ram nauant, eo in exercitio carnes conſumunt. In omnibus autem fere proderit ſub iis umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginoſis, nempe ſub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agreſtes, & ſponte naſcentes: ſin harum copia deſideretur, inter humano cultu procreatas. Eſt in hac quoque non exiguum diſcrimen reſpectu caeli, quod, dum ſerenum eſt, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam reſpirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aeſtate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: ſupereſt tantum illud
C adnectere, ambulationes quaſlibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum ueſpere: quandoquidem matutina aluum emollit, ſi credimus Antyllo, ſegnitiem a ſomno contractam diſſoluit, ſpiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis conuenire, q̃ humoris tranſitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, ſcribit: ſicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum ſoluere confirmat. ueſpertina uero ad ſomnum hominem praeparat, ac inflationes diſpergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accuſatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa ueſperam ambulare, ac rurſum conquieſcere, & deambulationem repetere. Poſt cibum diximus exiguam ambulationem aſſuetis conuenire, atque illis, quibus non ſine labore in fundum uentriculi deſcendit cibus: illis pariter,

3 Sympto. prob. 1.

Cap. 11.

2. d diaeta.

lib. 1. chro. cap. 4.

pariter, quibus caput repletum eſt, lentam poſt cibum deambulationem commendauit, Galenus, ſecutus fortaſſe in hoc Aretaeum, qui in uetuſto capitis dolore eandem in uſu habendam uoluit. quamquam ſecundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque ſtatim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquiſsimum, & clariſsimum ſatis mirari non poſſum, quod phtiſicos deambulatione poſt prandia uexandos eſſe uoluerit, quae ſicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuerſos ad pectus, & pulmonem diffluere facit, quo nihil phtiſicis contingere pernicioſius poteſt: eo magis, quod licet Hippocrates huiuſcemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem ſiccare confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiuſce generis ambulatione ſcripta ſunt in libro de inſomnijs Hippocrati adſcripto. qui liber cum multa ſuperſtitioſa contineat, forſan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione poſt prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione. iam cetera aggrediamur.

6. de tu. ua. cap 7. 2. de cõp. med.

Cel. lib. 2. cap. vlt.

2. d dieta.

Explicit Liber Quinctus.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER SEXTVS

Quos erectum ſtare effectus pariat. Cap. I.

EOS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in ſuperioribus demonſtrauimus, hāc rem amplius in diſputationem reuocare prorſus ridiculum foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo.

B Quod etenim haec exercitatio priuatim dorſi partes afficiat, Auerroes, inter Arabas non infimus, ſatis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel caſu ſortiti ſunt, ſummo ſtudio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut ſaepius diximus) maiorem, quam ipſa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in renibus inflammatio, uel ulcera orta ſunt, ne ſtent, magnopere cauendum eſſe, cenſuit Ruſus Epheſius. debent quoque huiuſcemodi exercitationem auerſari, *quos uel herniae labor ſollicitat, uel in cruribus, aut ſcroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta ſunt,* aut qualibet de cauſſa oriuntur. quam ſentētiam niſi medicorum auctoritas cōfirmaſſet: ueram tamen eſſe ipſa ratio perſuaderet: quae ſcilicet oſtendit, in ſtantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. modo hernias, modo uarices, mo-

C do ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generentur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cum quandam mulierem Ianum rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens ſignificare ob importunas mulierum petitiones haruſpicem, ſi cunctis inſeruiſſet, ſtando, (ſic quiſq. haruſpex pro alijs rogabat Deum) non parum laborare debuiſſe, ait: Varicoſus fiet haruſpex. Marium quoque ſcimus omnes, laborioſum uirum exſtitiſſe, ob quod ſi quis dicat, ei uarices, quibus affligebatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in ſtando labores, eum minus erraturum exiſtimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuerſitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque ſitus uarias quaſi ſpecies efficere uidentur. A tempore naſcuntur duae ſpecies, quando aut ante cibum, aut a cibo, quis ſtando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco ſumuntur differentiae: quoniam uel in ſole, uel in umbra, & hac aut clauſa, aut aperta ſtatur. A ſitu demum

6. collect. cap. 2.

1 lib. de paſſionibus renum.

Saty. 6.

Plut. 1 eius uita.

euariantur ſtandi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & D
uel iis totis,& planis,uel extremitatibus eorum,calcibus ſcilicet,&
ſummis digitis ſtamus. Ante cibum ſtare uentriculi excrementis
inaniendis auxiliatur, aſthmaticos, & difficiliter ſpirantes adiuuat,
uentrem emollit, urinam prouocat,crura, & pedes corroborat, &
ſiquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices ſup-
plere poteſt. Vertiginoſis tamen, & quibus ad ſuperiora rapiuntur
uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta ſtatione facilius
caput a ſumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam
ſimilis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia
(quod ſcripſit Ariſtoteles) minus homine tuſsire, minusq catharris
Petrus Apponenſis 5. partic. prob.1. uexari crediderint: quoniam ipſis minime erectis ſtantibus haud
ita uapores natura ſurſum tendentes in eorum capita ferri poſſunt.
Qua item ratione eos omnes damnare uehementer ſoleo, qui,ſi al- E
to capite dormiant, minus a catharris uexari debere putant, cum
potius contrarium eueniat, ut ſcilicet qui humiliori, & fere ceteris
membris aequali capitis ſitu dormiunt, uel aliter iacent, minus
a uaporibus capite tententur, minusq.a capite ad pectus humores
defluant. Quamuis ſecus iudicandum ſit, ubi quis uentriculi in con
ficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in caſu Poſidonius apud
Aetium magnopere ſtudendum eſſe iuſsit, ut in decumbendo ca-
put altiori ſitu contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo
accommodetur, & ob id nutrimentum minori moleſtia coquatur.
Atque hoc intelligi debet de iis,qui multum ſtãt:ſtare etenim pau-
co tempore exiguum quid prodeſſe, neque multum obeſſe poteſt.
Qui porro communi illo effato, Prandia poſt ſtabis, inducti, poſt
ſumptos cibos ſtare delectantur, ij ſcire debẽt, ſi mediocri quodam F
tempore ſtetur,deſcenſui ciborum in uentriculi fundum inſigniter
cooperari, & conſequenter illorum concoctionem perbelle adiu-
uare, nec alioqui ullam effatu dignam laeſionem afferre: uerum ſi
multo tempore ita quis permanſerit, praeter moleſtiam, qua ob ci-
borum interdum pondus, praeter laſsitudinem, qua ex labore affi-
citur,uarias item offenſiones ſubire cogitur. Primo namq. maior ua
porum copia ſuperiorem corporis regionem impetit, maior humo
rum multitudo ad inferiora praecipitat,atque inde ulcera in cruri-
bus,gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atque ſpira-
tionem uniuerſam non parum labefactat, uti ex difficultate ſpiran-
di tunc apparente facile quiſque cognoſcere ualet:poſtremo renes,
atque ueſicam,& totam mingendi actionem uitiat,quando uide-
licet crudi humores ex ſimili ſitu ad eas partes deferuntur, renesq.&

lumbi

A lumbi uehemen ter incalescunt, debilitanturq. ut nõ temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis ulceribus renum laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differentijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperietur, illius effectus continuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid seeus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorum, atque humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius pernicios ae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum de stãtibus sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in sole magis deuri, quam dum mo-

lib. de affe. ren.

5. sectio. prob. 34.

B uemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias susius explicauimus. Si igitur ita est, rationi cõsentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetium ex *Antylli sententia* leguntur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacendo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius

lib 3 c 3. Lib. 3. c. 6. 9. de cõpo. med. fil. c. 1

C maior non modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: sin autem antea quam corpora soli exponantur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod iliud durius atque impassibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora

Plin. nepos lib. epist. 5.

Gal. d caus. morb.

Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.

quaeuis

quaeuis ſub ſole bilem auget, & conſequenter iis, quibus calor D
6. epid cō. 1. aph. 10. 2. de tu. ua. cap. 12. natura mordax eſt, ualde aduerſatur, ut a Galeno ſcriptum eſt, ſpiritumque craſiorem, denſioremue efficiens, aſthma, & orthopneam exacerbat. Ceterum ſi abſque unctione inſolatio adhibeatur, in ceteris eoſdem effectus parit, niſi quod corpus exſiccat magis, tamquam pingui illo aduſto, & ſubinde maiori nigredine ſuperficiem totam inficit, necnon carnem inſtar cauterij cuiuſdam denſans minus per inſenſibilem tranſpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuſcemodi inſolationem ad minuendam polyſarchiam ab Aetio laudatam cenſeo. Verumtamen duo hic animaduerſione digna eſſe exiſtimo, alterum, quod medicos, ubi ſub ſole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluiſſe opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonſtrant, capita detecta, ſi ſoli exponantur, ualde offendi, E
Lib. 1. ſect 3. cap. 32. nempe quae ſupra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad ſeſe attrahunt, ſicque omnem malorum iliadem, & praeceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire ſuſpicandum eſt, propterea quod, ut ſcripſit Ariſtoteles, induta corpora a ſole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radiis minus feriantur. atque hoc totum a Galeno ſignificatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi ſub ſole manent, uniuerſum corpus calefacere; qui uero induti, caput ſolum: nam demonſtratum eſt a nobis libro tertio, Maiores noſtros numquam fere caput tegere ſolitos: ne miremur Galenum, dum indutos ſcripſit ſub ſole, capite tantum ualde incalefcere dixit. Alterum animaduerſione dignum eſt, quod, ſicuti ſedentes, & ſtantes ſub ſole uehementius incalefcere, ſiue potius deuri experientia conſtat, quam ambulantes, F
2. partic. prob. 9. lib. de cauſ ſis morb. & currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuerſa a nobis dicta de ſtantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. ſtare namque calcibus innixos non modo laborem, ac moleſtiam inducit, uerumetiam nullum iuuamentum eſtatu dignum praeſtare creditur: quēadmodum ſimiliter eos, qui ſummis digitis ſtare conantur, praeter ſatigationem illico ſuccedentem partes illas calliis moleſtiſsimis afficere compertum eſt, & praeſertim quando quis eo frequēter utatur hi ſiquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis aliis proſpectare ualeant, cuius gratia ab antiquis ſpeculator, ſiue σκοπὸς pingebatur facie hominis ſtantis ſupra digitos, ſummamque manum ad umbellae formam ſupercilici admouentis, ut Aeſchylus in Theoris meminit.

De

A *De pugnarum effectibus. Cap. 11.*

PVgnarum, quae maioribus noſtris ad ualetudinem inſeruierunt, quaeq. etiam temporibus noſtris inſeruiendi ſimiliter facultatem obtinēt, aliae fiunt cum armis fictis, neque incidentibus, uel pungentibus aduerſus hominem, aliae aduerſus columnam aut palum, aliae aduerſus umbram. atque omnes uel fieri poſſunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduerſus hominem uel columnam inter magnas exercitationes repoſuit Galenus, quē imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum enſibus factum eſſe ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando armatum certare inter exercitationes ſimul, atque opera manifeſte repoſuit Galenus, qui ſimiliter certare aduerſus umbram (σκιαμαχεῖν dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem eſſe iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus poſt ipſum cenſere uiſi ſunt. Cum itaque res ita ſeſe habeat, pugna non armatorum tam aduerſus homines, quam aduerſus columnam adminiſtrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, ſudores ciet, exuberantem carnem ſupprimit: & proinde a Coelio in curanda polyſarchia adhibetur, deinceps brachia, atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō parum labefactat. renibus item laborantes huiuſcemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, ſiue aduerſus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & ſuccos detrahit, quod celeribus exercitationibus conuenire ſupra mōſtrauimus, proprie autem ſecundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio exſiſtit: praeterea ualet, ſi Antyllo credimus, ad ſedandam affectionem laſſitudinis ſenſum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. eſt etiam utilis uitijs quae thoracem infeſtare ſolent, confert renibus, & colo inteſtino, materiam ad inferiores partes deducit, & praeſertim in iis qui pedibus imitantur pugiles, quique non ſolum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam ſalientes, interdum uero tamquam calcibus caedētes. Ad eadem omnia ſimiliter ualet pugna aduerſus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non eſt tamen ignorandum, pugnam aduerſus hominem pugnantem initam, magis exercere,

6. epid. cō. 1. Aphor. 6. 6. coll. c. 2.

2. d tu. ual. c. 8. 10. & lib. 1. ſen 3. doc. 2. c. 2.

Lib. 1. chr. cap. ult.

6. epid. com. 1. aph. 5. 2. d tu. ua. cap. 10. 6. collec. cap. 29.

& uim maiorem corporibus inferre, quam iſta: quoniam, ut ab Alexandro perbelle ſignificatum eſt, athleta, ſi obnitatur antagoniſtae, fortitudinem eius auget; ſin cedat, neque reluctetur, robur eiuſdē reſoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda eſt, quae cū robuſta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inſcribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, ſiue armatum pugnare corpora robuſtiora, ſi quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipſo ad motum aptius, & ad carnem ſuſcipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exiſtere, ut corporis firmitatem, & longam reſpirationem gignat, cum illi, qui ſeſe pugnis ſimilibus dedunt, omnem alam ſpiritus expulſionem ferre poſſint: facit autem huiuſcemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia eſt, praeſertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere preſſum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, ſiue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem eſſe exiſtimans cum armata luctatione, ὁπλοιτοπάλη ab Æſchylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae ſpecies armis in manibus nullo modo utebatur, ſed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, ſicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, ſiue celerem agitationem, quam Galenus in numero uehementium exercitationum repoſuit, ſpeciem quandam exſtitiſſe. An uero de hac armata pugnae ſpecie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polyſarchia poſtquam plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. » Tum hoplomachia, hoc eſt armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex ſuperioribus patet, relinquitur: quoniam, & ſi nomen Graecum hanc ipſam ſignificare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipſo illata explicatio, & uſus demonſtratus manifeſtum argumentum faciunt de pugna illa ſermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hāc poſtremam carnem, ſed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna non uidetur hic locus expoſcere, ut ſermo ullus habeatur, propterea q cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriuſque necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

1. Libro. Prob. 110.

loco citato

2. de tu. ua. cap. 10.

Abitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nō sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quāque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertare, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed fere semper ui
B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam respiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu-
C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum serinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

lib. 3. c. 23. lib de cōp. cap. 18. lib. 18. c. 1.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus. Cap. 111.

MVLTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad-

2. de tu. ua. cap. 8.

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- D
2.de tu. val. cap. 10. uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Auicennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse,
Lib. 3. c. 3. lib. 1. c. 17. & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detrahendi facultatem posidere, ut appositè insinuare uisus est Hippocrates,
Li. 1. fen. 3. doc. 1. c. 2. apud quem iegitur acrochirismum attenuare, & carnes sursum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Galenum in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
2. de diaeta. lib. citato cap. 11. partes corroborare in animo est, sicut iis ualde nocet, quorum chiragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
Lib. 4. c. 4. loco citato locutũ esse Celsum quis credere potest, ubi in iis qui ab arida tusi exagitãtur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλήθριζειν, ideſt ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco citato. bur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for- E
tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis, quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet: thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male uexatur, ualde obesse reor, haud secus atque *capitibus male affectis* uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersionibus, quasique circuitionibus facillime tum uertiginosas, tum apo pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exercitationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma,
in Miscel. cap. 38. ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia F
haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo retrorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, & proinde sine ui, aut robore quodam peragi possit. Vnde in huiusce modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora affirmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet, sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã podagris susciendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudinem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
2. de tu. ual. cap. 9. loco citato non a torpore liberare in animo habebãt. Sunt praeterea a Galeno nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna comprobata, quae, ꝙ aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui

conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polysarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto B si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum aut tale quippiã manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxiis minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a cõplectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera labefactentur ex nixibus illis, qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere C aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habentibus nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui nõ sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utãtur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

Lib. 5. cap. vlt.

D

De ſpiritus cohibitionis facultatibus. Cap. IV.

Cap. 6.

DEtentionem ſpiritus ſpeciem quandam exercitationis eſſe, cum abunde in libro tertio demonſtrauerimus, id amplius repetere non eſt opus: illud dumtaxat adiungam, non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, niſi quod animaduertentes nos in huiuſcemodi exercitatione muſculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & ſubinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Ariſtoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri ſine uehementia iudicare poſſumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, ſpiritus detentionem meatus diſparare, cutem attenuare, necnon humiditatem ſub cutem extrudere poſſe. A Galeno ſimiliter, & E ab Auicenna ſcriptum eſt, retentionem ſpiritus membra ſpiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon anguſtas cauitates ampliores reddere. Quod etenim ſpiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare conſtat: quippe qui in ipſa retentione undique compulſus in anguſtos ſe recipere meatus cogitur, eosque, ſi amplius truſus, propulſusque fuerit, etiam penitus tranſire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil ſecum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices anguſta inſtrumentorum foramina uehementiore ſpiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tãtum ab ipſo quaedam impelluntur, quaedã trahuntur, nam trudũtur quae ante occurrũt, attrahũtur quae ad latus ſunt poſita, impetu ipſo motus utraq. coacta. Quod uero ex retento ſpiritu cauitates euadant latiores, hinc F probatur, quoniam ſi thorax in medio corpore locatur, ſane illo magna aliqua inſpiratione aere impleto, & deinceps ſupremo laryngis oſculo ligulae opera clauſo, necnon muſculis toto thorace preſſo, neceſſum eſt aerem compreſſum undiq. meatibus corporis uniuerſis inſeri, ſicque intruſum eos undequaq dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo ſuperiores. ſic ergo per ſpiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipſaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praeſertim inflationes remouentur. ut non temere Plato ſub perſona Eryſimachi medici, necnon Ariſtoteles memoriae prodiderint, ſpiritum cohibitum a ſingultu liberare. quorum placita ſecutus Galenus ab eodem non ſolum ſingultum, uerum etiam tuſim a frigida inſtrumentorum

2. partic. Prob. 2. d diaeta.

3. d tu. val. cap. 2. in lib. artis med. c. 87. Li 1. fen 3. doc. 2 c. 2.

in ſymp. 2. partic. Prob. li. de med. fac. par. & libro 2. de ſymp. cau.

A torum respirationis intemperie contractam exstingui testatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus compressus penetret, cunctaque sic adaequentur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui spiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obsessa gerunt, quiq. expulsiones quascumq. corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oscitationes & pandiculationes calido flatus dissipante huiusmodi spiritus retentionem soluere clarum est. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium. In resolutione linguae exerceri spiritu retento probauit Celsus, sicut & Aetius in omni uocalis instrumēti resolutione: uim
B namque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & praecipue pueri, qui siue plorando, siue ridendo, siue alio pacto spirationem contineant, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes spiritum continere praecipiunt, in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia huiusce modi spiritus cohibitione aneurismata, siue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenroar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt:
C quamuis Casius Medicus aliter sentire uideatur. Extat item Plinij auctoritas, quod euersos scandentesq. ac iacentes, si quid ingruat, contraque ictus, spiritum cohibere singularis praesidij est. Si igitur a spiritus retentione tot commoda oriri constat, prudenter sane Coelius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis curandis egregiam opem praestare scriptum reliquit. Neque tamē huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cuius sententia a Galeno certe explosa fuit. Ego uero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspicimus, dum spiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumescere, oculos amplificari, genas acuniuersum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

tetrab. 4. ser. 3. c. 10. 11. partic. prob. 48. Prob 20.

Lib. 17. c. 6. Li. chro. 3. cap. 1 & 2. lib. 4 c. 7.

Dioclem tota uia aberaſſe pro certo teneam, dum ſpiritum retentum in epilepſia curanda praeſidium afferre dixit: ſicut Coelium laudo, qui in eiuſdem affectus curatione ſpiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc ſanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In ſanguinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus aſſentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uaſorum inflatione, diſtenſioneque facillime debilia, & relaxata uaſa franguntur, fractaque iterum reſerantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque inteſtina exſilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo ſpiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione iſta uehementer contenduntur, & per conſequens, niſi robuſtae ſint, citra multum laborem diuelluntur, quemadmodum apertiſsimam fidem pueri facere poſſunt, qui ſi interdum nimis quam par ſit flendo, aut aliquo modo ſpiritum contineant, protinus iis peritonaeum, ſcrotumue diſrumpitur, & deinceps inteſtina delabentia, aut flatus intercluſi, uix ſanabiles hernias pariunt: quod ſimiliter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis ſpiritum retinere conantur, ſaepenumero ſolet euenire, & praeſertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. muſc. ſecundo in fine, ac 6. Epid. com. 4. tex. 24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) ſiue edictum facere uolunt. Vna ſeruata ratio ab huiuſcemodi periculis tuebitur, ſi moderate, aut potius infra mediocritatem ſimilis retentio peragatur, ubi agenda erit: alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda ſequantur.

lib. 1. c. 4.

Coel. lib. 2. cap. 13.

D E F

De uocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione & cantu. Cap. V.

VOcis multas, ſed unam praecipuam exercitationem effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarũt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in ſex ſpecies partiemur, quemadmodum magna ex parte in ſuperioribus egimus, uociferationem ſcilicet, cantum, lectionẽ, ſermonem, riſum, atq. fletum. quorũ omniũ natura perſpecta nihil remanebit,

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna condicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque, sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiusce modi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisq. tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumentorum humiditates inter-

B nae consumuntur, quod euidētissime declarat densus uapor ex ore uociferantiū prodiens, & superfluitates uetustiorū humorū unicui que meatui adhaerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur; quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium exsistere. quē admodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Au-

C reliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phtisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociserationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ κάριόν ἐστι, necnon etiam in caeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiā

Oribasius lib. 6. c. 8. lib. de tuē. san. lib. 1. c. 29. lib. 3. c. 5. lib. 1. f. 3. & 2. cap. 2. & colle. cap. 2.

Aleran. 2. prob. 87.

malo

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem con- D
ducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natura male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam, & longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudine contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumini uero occurrat, grauiores sonos inspergendo. ceterum qui ex silentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uocis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq. uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uocalia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non E
seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namq. exercitationem a
2. de diaeta. cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliquationem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem faciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uociferatione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote ne
Cap. 7. scio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instru-
Lib. 1. chr. cap 4. menta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudenter ad
2. de cur. chro. c. 6. didit (si ferre ualeat aeger) Nam ea uociferatio, quae uehementius
In li. de p̄ceptioni b. li. d instr. odor. peragitur & interdum ἀϋπνόησις, ab Aretaeo φωνασκία uocatur, uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue λυπεῖν, haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut F
7. de cōp. me. s l. c. 1. testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius
4 de locis affe. sententia uocem obtaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratione Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehementer concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq.
lib. 5. epist. nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci reparandae studeret, rursum uena recluſa sanguinem reddiderit. eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est ignorandum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferationibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praesertim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euiden-

tibus

A tibus cruditatibus ſtomachus uexetur, ne ex actione inſpirationis, & exſpirationis, quae firmior, & citatior facta ſit, dum uox in magnitudinẽ, & multitudinem accreuit, uapores corrupti largius per corpus diſtribuantur. Praeterea monebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem ſonum edere, quod acutae uoces capitis diſtentiones, temporum palpitationes, cerebri pulſationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt; mediocriter autem uox edita capiti prodeſt: cauendum eſt quoque ab eius uſu poſt cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Ariſtoteles, hiſtriones, choros, & huiuſce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui ſpiritus tum cibo ingeſto, tum clamore ſeruidus effectus inter exeundum aſperam arteriam exulcerat, ſicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum eſt, ex Plu

1. cur. chr. cap. 2.

partic. pro ble. 11. prob. 22.

B tarchi conſilio, ne quis conſcius ſibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exaſperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgioſos clamores exerceat; ſiquidem inaequales illae ſpiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulſiones inducere ſolent. Poſt uociferationem ſuccedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam conſiſtit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre poteſt, qua uociferatio deſtituitur. Nam ſcriptum eſt ab Alexandro, onera portantes, ſi cantent, minus moleſtiam ſentire, quoniam animus modulis, ac numerorum ſuauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae ſimiliter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Ariſtoteles quoque confeſ-

li. ã tuẽ. ua.

libro. 1. probl. 76.

19. partic. prob. 1.

C ſus eſt) tibias & ſonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte ſuorum anguntur, & maerent, uel morbo ſollicitantur, homines congregari, uarioq. uti ſermone ſolitum ſit: quandoquidem animus, cum ſe ad uerba transferat, minus rem ſentit aduerſam. Quod intelligentes ueteres, uaria ſcenarum oblectamina ſibi excogitarunt, ut animum ſolatijs modo his, modo illis exceptum ab angore ſeiungerent. De cantu ſiue uociferatione cum harmonia adhibita ſcripſerunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praeſtare. At in morbis ipſam aliquando uſurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium muſico monitore compoſitum inſanientibus in declinatione conducere ſcripſit. refert inſuper Aulus Gellius, ſe apud Theophraſtum, ac Democritum inueniſſe uiperarum hominumque morſibus tibiarum modulos, & cantus me-

Loco cita.

li. 1. chro. cap. 5.

li. 4. c. 13.

deri;

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae man- D
datum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, appositè satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studioso operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uni- E
uersum corpus disseminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plu-
in lib. de tuen. ua. tarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius
loco citat. legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Verumtamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praeGal. li 7. de cõp. med. fm loc. c. t dictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut canto- F
res certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

A *De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus.*
Cap. VI.

LECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remissiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Celsus auctor elegātissimus claram nuncupare maluit, lib. 1. c. 2. cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, neque concrescere, neque faecis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere li. de tu. ua.
B a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recepit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quo loco citat. rum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. lib. 1. chro. cap. 1. & obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus lib. 11 epist. 97. afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quando quidē per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Pli
C nius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum Li. 9. epist. epist. ad Iu. uociferatione procedendo legant. Sic ad ptisicos, atque tabescentes paenult. ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem faciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiendū, Cel. lib 2. cap. ult. deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec de intensa ac uehementius facta lectione, quam Celsus etiam in tus- lib. 4. c. 4. si sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post

ciborum

ciborum ſumptionem citra noxam uti poſſumus, quod Plutarchus D
quoque non improbauit. de hac autem loquens Ariſtoteles ſcri-
18. partic. prob. 1. ptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, ſomno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores craſsi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes ſomnum inducunt. ex aduerſo uiros intelligentia praeſtates minime, dum lectitãt, dormire, eo quia intellectũ firmantibus ipſis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam ſomnicu loſi euadunt. Poſt uociferationem, cantum, atque lectionem ſuccedit ſermo, ſiue locutio, quae & ipſa uocis exercitatio eſt, attamen praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenſeri meretur. Nam iis in primis accommodatur, qui praeter modum ad ſomnum propenſi ſunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate ſenſus tor- E
pentes, quaſiq. oppreſſos habent. tales namque a ſermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox ſenſus a corpore liberentur. Pituitam porro a ſermone conſumi, indicant ſputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a ſtomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta iſta membra ſer-
Oribaſius lib. 6. c. 7. monis beneficio gaudere demonſtrant. Iam uero ſermo uim quandam obtinet, ſi Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia ſciunt medici in doloribus capitis, pluribusue aliis eius affectibus ſermonem interdicendum fore. ſermo praeterea lippientibus, & quibus ſanguis e naribus funditur, aut a pe-
lib. 4 c. 4. 5. Meth. ctore reiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celſus, atque Galen. in ſanguinis reiectionibus ſilentium neceſſario F
requiri uoluerunt; ſimiliter linguam exſiccat, ſitim inducit. atque
6. Epid. com 3. in lib. de lo quacitate in fine. hinc ſapienter Hippocrates ſcriptis mandauit, ſilere, & os continere ſitim exſtinguere. quam ſententiam explicans eruditiſsimus Plutarchus non ſolum ſitim a ſilentio non generari, uerum nec triſtitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum ſeſe a loquendo
lib. 27. c. 6. continerent, tuſsim, ac ſingultum curaſſe memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Meſsium accepimus ſilentium ſibi imperauiſſe a conuulſione reddito ſanguine. Ad haec uires diſſolui a ſermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in ac-
loco citato ceſsionibus, teſtatum fecit Oribaſius. ut nullum amplius dubium ſuperſit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat ſermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, ſaepenumero animis ingerat. quae ſi perſequi uellem, nimis a propoſito noſtro recederem, quando praeſertim, & Plutar-

chi

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoſcendis animi morbis, haec cognoſcere cupiētibus ſufficere poſſunt. Hactenus de articulata uocis exercitijs. Praeter haec autem duae ſunt exercitationes, quae tametſi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermiſſae ſint, attamen ipſae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae ſunt riſus, & fletus. Nam riſus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praeſertim faciem exagitat, quin illas partes inſigniter calefaciat, haudquaquam infitiari poſſumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertiſsimum argumentum exſiſtit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocaſſe riſum γέλωτα ἄσβεστον, ſicuti grammatici γέλως ab ἕλη, quae uox caliditatem ſignificat deduci
B tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae ſunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie deſipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac triſtitiam in febres, aut alios affectus delapſi ſunt. de riſu uerba feciſſe Coelium Aurelianum exiſtimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, poſt cibum cōmendauit; & quando ſimiliter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuerſis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praeſtat riſus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & ſpiritum calidiorem emittat, ut ſcriptum eſt ab Ariſtotele, qui hac de cauſſa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis ſperandum erit, ſi riſu ſeſe exercere uolen-
C tes alas ſibi ipſis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concurſus exſtat, quae titillatae concalefiunt, & ſpiritum ſubinde ex calefactione genitum per uniuerſum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum riſum, ſicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic ſenarius.

11. partic. prob. 13. & 15. & 55. part. prob. 8.

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, ideſt

2. de repu.

Riſus intempeſtiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam ſpirituū effuſionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, ſecundum Ariſtotelis, & Alexandri ſententiam, uehementem reſolutionem inducit: quoniam uitalis uis, & inſitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut ſic ridentes ſudent, ac rubeant ſanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipſum, ſicuti per loci appetitionem ſurſum

loco citato lib. 1. prob. 19.

sum efferri, sic per alimenti desiderium ima paterè necesse est: igi- D
tur utralibet mouendi ratione perempta calor insitus interit, &
uis omnis uitalis euanescit. ut non absque ratione Homerus finxe-
Odyss.5. rit Procos risu emori,

Ἀταρ̀ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, id est,
tum Proci illustres
Manus extollentes risu emoriebantur:

li.2.de pae dia Cyri. Necnon Aglaitidas apud Xenophontẽ dixerit, risum huiuscemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodesse. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiusce generis risu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum ossa, dorsumque oblaesum animaduertimus. Fletum tametsi Aristoteles in pueris laudauerit, quasi eorum corpora flendo contracta, & con- E
2. Tuscul. tensa robustiora euadant, Ciceroq. scriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiscere consueuisse, ut se intenderent ad firmitatem; exiguum tamen usum in tuenda bona ualetudine habere certo scimus: pueri namq. fortasse a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius causam So
In Isagog. cap.17. lib.1. prob.61. ranus ephesius explicauit esse; tum quia tenuis spiritus a luce concutitur: tum quia insuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam sententiam secutus Alexander medicus addidit, illos minime audiendos esse, qui animum dicant, quod amisso caelesti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nusquam ui- F
deo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat,
loco citato 5. Aph.54. praeter Aristotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem redde-
1.de tu.sa. re narrantem, Galenus quoque attestari uidetur, ubi pueros, dum
cap. 8. plorant, interrupto spiritu ob uires defatigatas respirare sentit. qui item a fletu nonnumquam febres accendi perspicue testatus est. quã tum subinde oculis ipsis detrimentum afferat, inde conijcere faci-
In proh. liter possumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (si Cassio medico credimus) defluentibus eos consumi necessarium est. ut
lib. 6. cap. 8 cur. ocu. summa cum ratione eloquentissimus auctor Cornelius Celsus continuos fletus oculos imminuere scriptum reliquerit: ne sileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia instrumenta inter flendum madefacta, exasperataue, eam raucam efficiunt, tussesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco simile uocis exercitationem dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Posidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiã si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant. Gale. 4. de pla. Hip. & Pl. ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. V II.

B CRICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi compertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio descriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. Illam itaq; inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum es- C se omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluum citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusq. crurum sollicitari consueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de- 6. collect. cap. 26. Oribasius loco citato

bent; quoniam in alteris ſpiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos mor-
bos ouent, ac incredibiliter augent. Inde eſt, quod Aretaeus in cu
libro. 1. fen. 3. do. 2 cap. 2. ratione, epilepſiae ſolam eius uertiginis inſpectionem, quam facit
inſtrumentum illud, quod βεμβῖκα dicunt, & de quo ſupra ſumus
locuti, epilepſiam inducere monuit. Hoc fortaſſe exercitationis ge
nus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retor
tis dictis alſulegian cum pila magna, aut parua lignea, niſi quod il-
lud inter ſortes exercitationes reponens, & pilam magnam nomi-
nans a noſtro differre demonſtrat, nempe quod ſit debile, ſolisque
paruis ſphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus,
quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum ſer
reum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas ap-
proximando, quod quidem genus dorſum ob inclinationes conti- E
nuas exercet; attamen caput offendit, atq. renes in quorum ulceri-
bus ἐξαπινάιους ἐπικύλιεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. ad-
modum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Galen. exer-
citationes inclinato capite, dorſoue peractas nequaquam illis con-
uenire, q occaſione qualibet leui uertigine, epilepſia, ophthalmia,
auriū dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationi-
bus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequentior
eſt pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnaſtas caruiſſe ne
mo non fatetur; ſed quanto magis temporibus noſtris penes cun-
ctas nationes ipſa inoleuit, tanto magis neceſſarium uidetur illius
facultates declarare. Nā quod ex magnis ſit exercitationibus, ac ue-
hementibus facile eſt & a labore, qui ſuſtinetur in ipſo, & ab eius
natura conijcere; a labore, quoniā ſudor, defatigatio, rubor faciei, F
ſpirationis magnitudo ut plurimum in ſic ſeſe exercentibus oboriū
tur; ex natura uero eius, quia cū, & deambulatio fere continua, ac
reflexa, & brachiorum iactatio, dorſiue totius obnixio quaedā adhi
beantur, indubitatā fidē faciunt, nequaquam abſq. uiolētia, aut ma
gnitudine huiuſcemodi exercitationem conſiſtere. & iccirco pro-
babile fit, ipſam calorem natiuū augere, excrementa euacuare, ſom
nos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humo-
ribus conferre. At caput ab eadem repleri certū eſt, quando Galen.
In conſ. de pu. epil. hoc uitium magnis exercitationibus adſcribendum eſſe iudicauit.
Quantū porro ad particulares effectus pertinet, in hanc ſentētiam
uenio, pilamallei exercitationem praecipue brachia, atq. dorſum
exercere, ſecundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui
mēbra iſta confirmare ſtudent, quiq. multitudinē ciborū perbelle

confi-

A conficere, succos utiles p uniuersum corpus distribuere, & superflui
tates, tam per sudorem, quam per secretam dissipationem exinanire
intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus,
ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de causa de
struuntur, exercitationem istam minime accommodari: tanto mi-
nus illis, quibus capita male affecta sunt, aut aliquo pacto imbecil-
lia. nam, & qui dorso non admodum ualent, quiq. renes calidos, u-
rinasq. acres habent, ex talibus motibus summopere offenduntur,
sicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflamma
tionem, aut alium tumorem pati solent. Summatim possunt, qui sa
nitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandũ
pilamalleo sese exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine oc-
cupantur, omnino abstinere debent. illudq. semper memoria tene
B re operae pretium est, quae de exercitationibus bona a nobis pro-
mittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis,
modi, atque corporum seruetur, quam in 4. lib. necessariam esse
monstrauimus. alioqui si negligatur, mirum non sit, loco bonorũ
inemendabilia mala succedere: quemadmodum saepenumero in
proposita exercitatione euenire certo scio, quae cum fere post pran
dium a plurimis agatur, nullo salubritatis loci, ac temporis habito
delectu, nõ sua culpa, sed exercentium incuria pernicios as affectio-
nes, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut dili-
gentiam, a Maioribus nostris in exercendis corporibus obseruatã,
quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atq. membro-
rum robori consulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, &
sanitatem simul deperdant, & honorem, dicẽte Galeno nostro, ma 5. de tu. ua.
C gnum dedecus illis esse, qui a natura sanam corporis constitutionẽ
sortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam cor-
rumpunt, atq. morbosam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo
diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorsum, alterum, quod
illis euitandum est, quibus dorsum est imbecillum, sciendum erit,
Galenum uoluisse, in senibus debiles partes numquam exerceri, in 5. de tu. ua.
alijs semper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuisse cap 3.
existimo; quoniam debilitas senum emendari non potest, cum ex
uirtutis motricis defectu proficiscatur, aliorum uero reparabilis est.
unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas cõ-
sulimus, semper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non
autem de recenti, atq. de curabili, dicta nostra intelligi uolumus:
ne a Galeni placitis, quem omnes medici sequi tenentur, in hac sen
tentia recedere uideamur.

2. de tu. ua. cap. 8. 6. epid. cō. 1 aph. 6.

EQuitationem, quā Galenus aliquando inter ea, quae exercitationes simul, & opera nuncupat, adnumerauit, ex eiusdem sententia magnam exercitationem esse, aperte constat. Quo circa, quantum sit ex se, poterit natiuū calorem augere, & excrementorū inanitioni opitulari. Est autem nō parua differentia, an equus (sic appello equum, mulum, & aliud quod uis portandis hominibus accommodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an succusset; an asturco sit, ac tolutarius, an curat. De placida, & lenta equitatione scriptum inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quam lassitudinem, & praesertim inguinibus afferre. de hac inquā uerba faciens Hippocrates memoriae prodidit, continuā equitationē lassitudinē magnam parere, hominesq. infoecūdos & coeundi impotentes reddere, nec non dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sententia Hipp. dānanda uidetur, quod Aristoteles contrario plane sensu scriptū reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniā genitalia continua attrectatione, motioneq. incalescentia spiritū concipiunt, sicq. coeūdi cupiditas inducitur: siquidē Hipp. de placida, & nimis frequenti loquitur, ut pote quae leni motu non ita calefaciat, & pendentes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, quae equo celeriter gradiēte, & interdū succussante, sed non admodū frequenter exercetur, uerba facit. Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderunt, totū corpus laborioſe concutit, & magis adhuc omnibus alijs exercitationib. Vnde ab Alexādro Tralliano in dolore capitis, quē causſa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachū firmat. ut non immerito scriptū sit a Plinio, equitationē stomacho, & coxis utilissimā reputatā fuisse. qua itē ratione in singultu curādo ab Aetio usurpatur; sensuū instrumēta sub inde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutā aluū & fluentē, dicente Celso, coercet, crura quoq. tenuia crassefacit, quod Germanici exēplo testatur Suetonius. Ceterū thoraci maxime aduersatur, necnō uesicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiusce modi exercitationē uitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiā obesse scripsit Hippocrates, quāquā in hac re uarias auctorū posteriorū exstare sententias reperio. Themison Methodicorū princeps in coxēdicū dolore, ἰσχιάδος noīe a graecis appellato,

Oribasius li. 6. c. 24. Aet. lib. 3. cap. 7. in li. de aere aq. & lo. cap. 11. 4. sectio. prob. 12.

E

locis cita.

F

lib. 27. c. 7

Lib. 9. c. 3. Aet. li. 11. cap. 30. loco citato

Apellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiam motus partium faceret uexationem: post ipsum idem confirmauit Theodorus Priscianus, &, quē modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischia dicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac excrittatione uehemēter coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. indē dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus
B proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus molestē quassat, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret.

Coel. lib. 5. cap 1. li. 2. ad Timo. c. 21.

Libro. 4. cap. ult.

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu
arripiat maior dolor.

Cic. 1. Tu.

Quod item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hocuersu.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi.

Nonius Marc.

Ad haec succussationem uehementer caput offendere, collum & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquando in hunc modum equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id enim fatetur Galenus) agitare apta sit, proculdubio nunc
C proposita talis est, a qua non solum interiora omnia concuti, uerum etiam suspendi, quasiq. arripi uidentur. illud unum habere iuuamen potest, ut cibis, atque crudis humoribus concoquendis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciendae, necnon a renum (quod Auicennae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducendis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis commoda haec cōpensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant consulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantum, aut trainam uocant Itali, & de qua ita Martia.

2. de tu. ua. cap. 11.

li. 3 sen 19 tra. 1. c. ult.

Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus)

Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurū explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

apud Ariſt. legatur, ita equitantes, quod magis cauẽant, minus ca- D
dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia ſae-
pe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex ca
ſu emori: ſed praeter hanc multae exſtant cauſſae aliae, ob quas a ſa
nitatis ſtudioſis huiuſmodi equitatio omni diligentia euitari de-
bet. nam corpus (ut ſcribit Hippoc.) nimium calefacit, exſiccat, atq.
extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Au-
reliano probata, caput male afficit, ſenſus hebetat, oculos non pa-
rum offendit: quandoquidem Ariſt. cauſſam indagans, cur, qui
equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere
lacrymas ſolent, ſignificat ideo illud euenire, uel quoniam motus
calefaciens ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde
ciet, uel quia ſicuti uenti aduerſi oculos perturbant, ſic aer occur-
ſans tanto magis ferire poteſt, quanto equus uelocius agitatur. lae E
dit praeterea haec equitatio râthoracem, & pulmonem, quam ui-
ſcera uniuerſa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur,
fidem facere poſſunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis,
alij ulceribus modo renum, modo ueſicae, modo peritonaei uſq.
adeo ob hanc exercitationem ſollicitati fuerunt, ut fere ijs affectio
nibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot oſſium fra
cturae, quot membrorum diſtorſiones ſaepenumero inde naſcan-
tur, dum brachia, dorſum, coxae, & crura ſupra modum laborant.
Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera ſua
obire delectat, quot, ijsq. grauiſſimis periculis, nedum ualetudinẽ,
uerum etiam ſalutem ipſam ſubijciant, quomodoque non inge-
nuorum, aut ſanitatem curantium ac uitam, ſed potius perditorum
hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut opta- F
tius nil reperitur, aeſtimantium opus exerceant. Hactenus de equi-
tationis ſpeciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum con-
ferre ſcripſerunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui me-
dicinam ſumpſerunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit So-
ranus Epheſius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur,
uel earum inflammatione laborant, conuenire cenſuit Galen.
Sunt qui in equo ſedentes geſtari delectentur, quae exercitatio
parum male ualentibus uſui eſſe mea ſententia poteſt. nam, ut mol
liſſime ueharis, tamen laſſitudo inguinum, lumborumque &
dura ſuſpenſio explicatioque percipitur, quando ſubpedaneis cor
pus ſuſtentare, perarduum eſt, ne dicam impoſsibile. accedit & ma-
la, ac dolorifica illa concuſsio, ſi quo modo incitatius feraris. Va-
lentibus magis conferre eadem poteſt, corpus, animum, & ſtoma-

chum

ro libr. de parua pilae ludo.

1. ẽ diaeta. lib. 5. c. ni.

Sect. prob. 13.

Iocis citat. In Iſagog. cap. 13. 6. Epid. com. 3. aph. 2.

A chum firmando: sensus expurgando, acuendoque: sed pectus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum uiribus. Cap. IX.

ANTEQVAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotādū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequaquam horum opinionem sequi uoluisse; tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam a gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse B conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in. 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinseco, ut gestationes: alias mixtas esse, qualis equitatio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerso autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atq. Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis ἁμάξαν uocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehenC sis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus exsistunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solū sanis, & ualetudinarijs, uerum etiam longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum

lib 3 ca. 6. lib. 2. c. 15.

locis citat.

loco citato

comprobaſſe. quod profecto periculoſe efficitur, meliusq. quiete D
eiuſmodi impetus ſuſtinetur. In ſanis etenim, ac ualetudinarijs geſtatio, cum nec laſsitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus ſimiliter moueat, poteſt calorem naturalem augere, materiae multitudinẽ diſcutere, habitum corporis firmare, actiones ſtupidas excitare, ſegnitiem diſſoluere corporis turbationem ſedare, ijs, quos uigiliae exercent, ſomnum conciliare, & contra etiã ueternoſis, ac diſſolutis reditum ad ſe, uigiliasq. parare. nam ſomnum conciliat, excrementa, quae a capite ad ſtomachum delabuntur, per halitũ digerendo, quae nimirum partes ſunt uigiliarum praecipuae cauſſae: ſed uigilias poſtea inducit corporis tenorem ad ſe reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epiſt. LVI. uideatur geſtationem facere magis laborioſam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda eſt de eo ſolo, qui ualetu E
dine offenſus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de geſtatione periculum facere placebit, ſic experiundum eſſe conſuluit
loco citat. Celſus, ſi lingua non erit aſpera, ſi nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uiſceribus, aut capiti, aut praecordijs ſuberit, & ex toto numquam geſtari corpus dolens uoluit, ſiue id in toto, ſiue in parte eſt, niſi tamen ſolis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, ſed in remiſsione eius. Nihilominus, citra multas obſeruationes, ab auctoribus probatas eſſe in uarijs affectionibus geſtationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inſcripſit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quaſi ex cõtagione quadam aliquando perijſſe, refert Silimachus Hippo. ſectator) commendauit, ſimiliter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Aſclepiades, in aſthmate, in ſtoma F
chicis, in elephantiaſi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priſcianus quoque, & ante ipſum Aretaeus geſtationes adhibendas uoluit in melancholia, in atrophia, in ſpleneticis, necnon in ſtomachi doloribus. Iiſdem exercitationibus in illis, qui ualde exſiccati ſunt,
7. Meth. atque refectione opus habent, Galenum uſum, aliquando legitur. Quin & ipſemet Celſus pro ſacro igne curando geſtationem laudauit. ut non ſemper condiciones ab ipſo demonſtratas obſeruatu neceſſarias fore hiſce auctoritatibus conuincere ualeamus. Non eſt tamen ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis geſta
lib. 2. cur. chron. c. 7. tionibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonſtrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atq. thymum efficitur.

De

A

De gestationum in uehiculo, lectica, atque sella particularibus uiribus. Cap. X.

EXplicatis ijs quae ab auctoribus de gestationum facultatibus in uniuersum tradita fuerunt, iam ad particulares descendere opportunũ est, si prius illud in memoriã reuocauerimus, scriptores. s. medicinae, qũ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accõmodari nõ possit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, sed in remissionibus morborũ, interdũ placidiores significare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores nostros genera, quorũ luxuria usq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar li. 34. c. 27
B gentea facere nõ sint ueriti. sed hoc praeter institutũ nostrũ est. Nã, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis. s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationẽ uehiculo factã q̃uis ceteris acriorẽ esse dixerit Celsus, nihilominus, secundũ Galeni sen lib. 2. c. 15. 2. d tu. ua.
tentiã, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sanis, nisi aliter exerceri impediãtur, minime omniũ cõueniat. Valecap. 11. 5. d tu. ua.
tudinarijs, atq. senibus magis, quẽadmodũ Antiochũ sese exercuisse, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus sermonẽ faciens Antyllus dixit, gestationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos stabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epist. LVI. ad bilẽ faucibus infixã discutiendã, & ad spiritus densitatẽ extenuandã sibi mirifice profuisse
C scribit, qui, q̃ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nõ raro usq. ad exspirationis periculũ exerceretur, huiusce modi exercitatione aduersus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio duplex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendũ esse. unde sapienter Coelius Aurel. lib. 3. c. 6.
iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, q̃ motus rotarũ uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae passionis imaginem ferat. licet. n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnon in hemi lib. 1. c. 1.

5. ſ tu. ua. cap. 3. cranicis ſimilem exercitationem prorſus auerſari non uideantur: attamen Aetius ſic affectos leniter moueri, & auerſos ab itinere retrorſum deſidere in curru mandauit: multos ſubiungens ſe nouiſſe loco citato hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde ſecutus Auicenna addidit, huiuſcemodi uectationem retrouerſa facie peractam uſus debilitati, eiuſq. obſcurationi magnū iuuamentū conferre. Hanc mitiorē in aluo fluente cōmendauit Celſus: quam ualetudinarijs quoq., & ſenibus Auſonium Gallum poetam, & Auſonij medici a Marcello citati filium probaſſe puto, quando is, amico cuidam ſeni, & a morbo reſurgenti ſcribens, monet Ciſio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uerſibus.

Pelle ſoporiferi ſenium, nubemq. ueterni,
Atque alacri mediam carpe uigore uiam,
Sed Ciſium, aut pigrum cautus conſcende Veredum,
Non tibi ſit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita uites,
Nec celeres mulas ipſe metiſcus agas.

Porro uehiculi geſtationem uehementiorem tamquam calefacien te, attenuanteq. ui praeditam in ſupprimenda carnis multitudine li. 4. c. ult. loco citato a Coelio commēdatam inuenio: quam item ab ipſo pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & ſtomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac ſtupore attonito perculſis ueluti optimum praeſidium uſurpatam fuiſſe, conſtat. In lectica geſtatio facta ut praedicta aliquanto remiſsior atq. blandior exſiſtit, ſic quoque plures uſus apud medicos in exercendis aegris habuiſſe legitur. quod enim in ſanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id factum credo: non ut ſimili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, ſed potius, quia a ſenectute, ſiue alia cauſſa (ueluti Alexāder ob cruris uulnus in militari expeditione lectica uſus traditur) Curtius cogebātur, uel ut a puluere, ſole, uētorū flatibus, pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, niſi aliqua ex praedictis cauſis homines ſani urgeātur, ut a lectica abſtineant, conſulo: quoniā, praeter agitationē illam, quae plurimorum capita uexare conſueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus aſſuefacere. Verum enimuero hac particulari cōmoditate nō mihi uidetur priuanda lecticae geſtatio, q̄ ſani uiri ea poſſunt uti poſt cibos, nō ad exercēda corpora, ſed ad obeunda negotia neceſſaria, citra motus dānum, aut ſolatij,

&

A & exhilarandi animi gratia: quemadmodũ factitasse Augustũ, quãdo a caena se in lecticulam lucubratoriã recipiebat, auctor est Suetonius. Quantum autem ad exercitanda languentium corpora spectat, duplex fuit illius apud medicos gymnastas usus, aut gestatis sedentibus, aut decumbentibus. Decumbentes in lectica gestãtur, ut Antyllus, Aetius, & Auicenna memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexãtur, hydropici, secũdũ Tralliani sententiam, apopletici, resoluti, nephritici, ac podagrici. siquidem haec commotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulsioni aptã efficit. prodest subinde talis gestatio iis, qui diuturna imbecillitate laborãt, qui elleborũ sumpserunt: itemq. uigilantib. aut segnitie, & pigritia quadam oppressis, necnon iis, quibus caninũ in modum appetitus B intentus est, nimirum cum intentio illa sedetur. Ceterũ sedentes ij lectica, ſm Aetium, portari debent, qui in integra febrium declinatione consistunt. eadẽ ratione, & illi, qui alias exercitationes obire nequeũt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti sunt, qui, cũ adhuc imbecilles sint, uires reficere cupiunt, qui tarde alimentũ cõficiunt. Ex quo prudenter satis Cornelius Cel. ubi phtisici nauigare nequeunt, lectica eorũ corpora dimouenda consuluit: quemadmodum Alexander Trallianus, si quid aliud huiuscemodi gestationes & naui, & lectica factas, hydropicos iuuare scripsit. In sella, quã scamnum uocare maluit eloquẽtissimus Celsus, gestatio facta, tametsi lib. 2. c. 15. apud auctores saepenumero cũ lectica cõfusa, atq. eadem inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuersam exstitisse puto: primo, quia lectica duorũ hominũ capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi C Neronem cũ matre in lectica quandoq. uehi solitũ scribit. quod minime de sella (ni fallor) legitur. secundo, quia lectica interdũ sex seruis, interdũ octo, interdum plurib. gestabatur. sellã autẽ tamq̃ breuiorem, & unius dũtaxat capacem a pauciorib. gestatam, uerisimile uidetur. Neq. n. ullam inter se maiorem differẽtiã temporib. nostris sella cooperta, & lectica obtinuerũt, q̃ q altera à duob. seruis ut plurimum gestatur, uniusq. dũtaxat capax est, altera a iumẽtis portatur, & duos continere ualet. In sella sani gestabãtur, deliciarũ potius, & maiestatis ostentandae, q̃ ualetudinis gratia: q̃q̃ Plinium ea Romae uectum, ut etiam inter eundum studijs uacaret, ipsius Nepos tradit. lib. epist. 3. Celsus hanc sellarem, & simul lecticarem gestationem nauigatione in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiuscemodi gestatio, tum in sella cooperta, tum in aperta, tum sedendo, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, quã

tecta

tecta geſtari debere, cenſuit Antyllus. In alia utiliter portantur iacentes febricitantes, atq. ex iis lethargici potius, & quos cataphora urget. q̃ ſi aliqui ſimplici permanenti, & diuturna febre iactentur, modo uires ferant, geſtari plurimum debent, ut Coelius phtiſicis cõ ſuluit, quandoquidẽ geſtatio, minus mouens corpora, quandoq. febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus qui ad integritatẽ perueniunt, uel quorum longa admodũ remiſsio eſt, uel qui febribus tenentur longis, etiam ſi non magna interualla habeant, conuenit haec geſtatio. quam ſimiliter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis, in epilepſia, ſi ferri queat, in mania, in paralyſi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis paſsionibus inſcriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res poſtulat, ſimilibus geſtationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, ſi, adhuc ſaeuiente, aut incipiente affectione, geſtatio adminiſtretur, accidentia acerbiora, & periculoſiora conſequuntur: quoniam motus, ut diſsipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias poteſt, ſic calorem augere, ſpiritusq. & humores nõdũ quietos, & repurgatos exagitare natus eſt. ex quo ſummum ſtudium adhibendũ eſt, ne creſcentib. crudis ue morbis, praeſertim calidis geſtatio, aut alia quaeuis exercitatio adminiſtretur, ſed in maturis ſolummodo, frigidis, atq. illis, qui manifeſte inclinare animaduertuntur.

Lib. 2. chr. cap. ult. Oribaſius loco citato

D

E

De lecti penſilis, cunarum, ac nauis geſtationum facultatibus. Cap. XI.

QVI primus lectulos pẽſiles excogitauit Aſclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effeciſſe uiſus eſt; tum ut blãdo eorum iactatu ſomnos alliceret: tum etiã, ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti poſteriores in curandis aegris eorum uſum frequentiorem reddiderunt; q̃q̃ grauis auctor Cornelius Cel. exercitationem hanc tãtummodo adminiſtrandam aliquando iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. ſellae copia datur: licet poſtea in apoplexia cum aeger reſurgit, ipſum lecti motu concutiendũ praecepiſſe inueniatur. Verumenim uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã ſi nil aliud deficiat, p̃ multis affectionib. debellandis, lectis penſilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc geſtationem tã ante cibum, q̃ a cibo prodeſſe dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõſumpta ſeſe erigere

F

Loco citato.

non

A non ita ualent, aut Elleborum sumẽtes a tali gestatione utilitatem recipere iudicatũ est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiunt, necnon in lethargicis, & in appetẽtia ciborum deiecta eandem prodesse experimentis inuentum fuit. neq. defuerũt qui ipsam in furiosis, ac phtisicis laudauerint. Quemadmodũ, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendã censuerũt, quo blanda illa agitatione spirituum perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pensilis lecti scympodium quoq. esse, monstrauimus: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes in pensili lecto probatas uiderimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo pensili non dissimilem aliam lecto factã gestationis speciẽ inuenio, quã primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestationi dicatis instrumentis uo-

B luit uni pedi lecti funiculum esse subiiciendum, atq. ita lectum huc, & illuc manu impellendũ. id quod etiã Amidaenum Aetium signi ficare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pensilis, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidẽ illud exercitationis genus existimo, quod ab Auicenna sub cunarũ reuolutione descriptum fuit, atq. idem nomẽ usq. ad tẽpora nostra retinuit: etsi enim ab ipso inter debiles exercitationes recenseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sententia, non sanis aut infirmis exercitandis aptum uideatur: nihilominus iis cõuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiã illi, qui nec dũ se mouere, neq. sedere ualẽt, quiq. ab hellebori potione ualde prostrati fuerunt, aut secundum Celsum alicuius mẽbri resolutionem patiũtur. quin, si talis gestatio suauiter administretur, praeter somni iucundi

C tatẽ q̃ affert, flatus quoq. dissoluit, reliquijs morborũ capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguendis conducit, appetitũ mouet, & naturam sopitã exsuscitat. Inter gestationũ species ultimo loco posuerunt fere omnes nauigationem, q̃ ceterarum omnium leniss imam fecit Cornelius Cel. sed & huius quãplurima inueniũtur discrimina: siquidem non parũ interest, an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Nauigatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniã ut plurimum ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuantur, qui aerem inficientes nauigationẽ magis suspectam reddunt. ut non immerito scriptum sit ab Arist. palustria loca incolentes subpallidos, ac somnolentiores euadere. minus noxia exsistit in fluminibus nauigatio, nẽpe quae auctore Plutarcho timoribus

Aetius lib. 3. cap. 6.

loco citato lib. 2. ad Timo. c. 2.

lib. 3. c. 12.

loco citato

lib. 1 sen 3. doct. 2. c 2. 1. de tuen. ual.

loco citato

14. partic. prob. 11. & 12.

in probl. nat. bus carens nauſeam ullo pacto nõ cõmoueat. uerũtamen tam haec, D
q̃ illa, quae exercetur in ſtagnis, in capite male affecto incongruae a
lib. 1. c. 1. Coelio Aurel. iudicantur, q̃ humectãtes caput terrena exhalatione
infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praeſtantior creditur, quoniã mari ſemper uapores ſicci, & calidi educũtur,
qui latenter, ac ſenſim nauigantium corpora recludunt, necnon ſalſae proprietatis cauſſa excrementa abſumũt, atq. hominum habitus
quadam facili mutatione reficiunt, & iccirco huiuſcemodi exercitatio in cũctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, &
priuatim a Celſo in tuſsi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capitis, in epilepſia, ſi ferri queat, in ſanguinis ſputo, in pthiſi, in icteritia, in hydropiſi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie commendatur. In phtiſi nãq. praeſtantiſsimum remediũ nauigationem
lib. 18. c. 4 lib. 31. c. 6. epiſt. lib. 5. cap. 61. ſemper a Maioribus habitam fuiſſe, teſtatus fuit Plinius, qui hac ra- E
tione phtiſicos Aegyptũ petere cõſueuiſſe refert, quo cũ Annaeus
Gallio poſt conſulatũ iam fere phtiſicus, & Zoſimus Plinij nepotis
libertus ſanguinis reiectatione laborãs profecti eſſent, ad ſanitatem
reſtituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine ſal
ſo inſcriptus in 1. de re medica lib. dicat phtiſicis magis cõferre in ſal
tibus, ubi pix naſcitur, habitare, q̃ in mari nauigare. Porro ex maritimis nauigationibus leniſsimã dixit Celſus eam, quae in portu efficitur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cum fluuiali, & ſtagnali
improbauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauigatio iucundiſsima habetur, de qua celebratum hoc prouerbium nar
rat Plutar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν
1. Sympo. ἥδιστος. i. nauigatio iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucun F
diſsima. haec ex communi Auicennae, atque Aetij ſententia praecipue prodeſt hydropiſi, elephantiaſi, apoplexiae, ſtomachi frigiditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq. ſecundum Coelium nõ
paruũ auxiliũ praeſtat: quãuis enim a principio ſtomachum ſubuertat, paullo poſt tamẽ aſſuefaciens illum ſedat, quinimmo, ut dicebat
lib. 37. c. 6. Plinius, uomitiones illae inſtabili uolutatione commotae plurimis
morbis capitis, oculorũ, pectoris, & deniq. omnibus, propter quae
bibitur elleborum, medentur. Verum geſtatio in alto mari peracta
reliquarũ uehementiſsima exſiſtit, & mutationes plurimas, atq. maximas facit, nimirũ cum animus mixtos affectus habeat, & triſtitia,
& ſpe, timore, atq. periculo: modo gaudentibus, & laetis, modo in
anguſtijs, & periculis uerſantibus nauigantibus, quae ſimul omnia
lib. de cau. nat. magnã uim habent, ut quoq. Plutar. cognouit, ingentes uomitus cõ
citandi, ac conſequenter omnẽ ueterẽ morbum profligãdi: & pro-

inde

A inde iure dixit Auicen. nauigationem hanc ad exſtinguẽdas prae-
dictas aegritudines efficaciorem eſſe. quin & mixtio illa motus, &
quietis, qua praedita eſt, ſi quid aliud, probe corpus nutrire idonea
eſt. Quae tranquillo mari peragitur in naui geſtatio non admodum
(dicebat Antyllus) magnam turbationem, neq. cõcuſsionem affert: Oribaſius
ex quo fit, ut ferme accommodata ſit iis, quibus etiã geſtatio in cur- lib. 6. c. 15.
ribus conuenit: niſi q hoc magis habet, q in purgato aere, ubi non
humidi uapores, ſed ſicci, & acres ſint, efficitur. Caeterũ quae turba
to mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitũ
ciet, & iccirco quantum fieri poteſt, in omnibus fugienda eſt, cum
motus acutiſsimos, dũ nauis a uento impellitur, uehementiſsimos,
& neutiquam ceſſantes, ſicq corpori intenſiſsimos habeat. Non ſi-
lendum, in nephriticis nauigationem, omnemque maritimam ui-
B tam ab Aretaeo ſub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θα-
λάσσῃ διοτή, ἄπαυστα τοῖσι ὑδρηνεφρῶν ἐστιν ἄκεα. ideſt, Et nauiga-
tio, & uita in mari facta, omnia ſunt nephriticis remedia.

De natationis, & piſcationis effectibus. Cap. XII.

NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gy-
mnaſtas exſtitiſſe, maximeq. omnũ ab antiquis in exi-
ſtimatione habitam fuiſſe, q homines e periculis maxi-
mis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audẽ-
dum fortiores, & animoſiores redderet, iã ſatis monſtrauimus: ideo
uires eius perquirere ſolum reſtat. Nam uarias hanc quoq. differẽ- lib. 3. c. 14.
tias habuiſſe reperio: ſiquidem aut natatio fiebat in aquis ſponte na
ſcentibus, aut in alijs: & ſi in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis:
C ſi in dulcibus, aut fluuiis aut lacubus, aut ſtagnis: atq. hae omnes uel
in calidis, uel in frigidis. Natationem in aquis ſponte naſcentibus,
quas omnes calidas eſſe, & Ariſtotelis auctoritas & ratio, & experiẽ- 24. partic.
tia demonſtrant, peractam improbauit Antyllus, tãquam impleat, Prob.
eam tamen in paralyticis curandis adiumentum praeſtare, credidit lib. 6 c. 27.
Coelius Aurel. ita. ſ. adminiſtratam, ut patientibus partibus inflatae lib. 2. c. 1. & li. 3 c. 2.
ueſicae adiungantur, quo natãdi laborem minuant. Quae porro in
dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia eſt maritima male affectis
inefficacior. quamobrem uitanda plerũq. eſt: quia, ſi in ea quis diu-
tius immoretur, ei nerui, cum propter frigus, tum propter humidi-
tatem laedentur: ex factis tamen in dulcibus aquis natationibus flu-
uiales minores ſanis corporibus noxas inferũt, potiſsimumq. ad in-
ducẽdum ſomnum ab Horatio Flacco commendantur, ubi ſcribit,

- ter unctis lib. 2. ſerm.

Trans

Saty.1. *Trans nanto Tiberim, ſomno quibus eſt opus alto.* D

perniciosiſsimae uero ſunt, quae in paludibus, & ſtagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ ſolum caput, uerũ etiam uniuerſum corpus contaminãt. Lacuſtres medio quodam pacto ſe habent: quae tanto minus inſalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uaſtiores & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato uſurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus lacſione ſi aſsidue fiat, probatur. A Celſo uero, & ab Antyllo hydropicis, ſcabioſis, & quos exanthemata infeſtant, itemq. elephãtiaſim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum non ſentiũt. & ideo non immerito Coeli. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celſus ſtomachicis, iecoroſis, lienoſis, cachecticis ex uſu eſſe ſcriptum reliquit. uerũtamen non poſſum non ſumma admiratione teneri, quomodo is auctor natationes ſub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epilepſia laudauerit: cum Antyllus nõ ſolum marinam natationem, ſed qualemcũq. aliam capiti nocere tradiderit. quod ſimiliter ipſa ratio perſuadere uidetur, demonſtrans, tum ſitum ipſum natãtium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco ſilendum nõ eſſe duco, quod magnus phi- E

23. partic. Prob. 12. loſophus Ariſt. in problematib. ſcriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quã in fluuijs natari: propterea q̃ qui natat, ſedulo aquae adnitendo natat: adniti autem ad id firmius poſſumus, quod corpulẽtius eſt: unde cum aqua marina fluuiali ſit corpulentior, craſsior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes ſibi ſuſtinet. Eſt prae- F terea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta ſit, & ob id perraro, ac ſolũ aeſtate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum euocare, firmare, caleſacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae mi-

lib. 31. c. 6. nus obnoxium facere poteſt: a Plinio ſcriptum eſt luxata hominum corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, caleſacere refrigerata credita eſt. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõmendata, ab Aetio ex mente Gal. in iis, qui cutem corporis denſatã habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo negaret: q̃ alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipſos reſoluere. Frigida q̃ intus calorẽ natiuum repellens ipſum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctionem

A nem praestat: exuberãtes humores dissipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiã ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus, ea ratione motus qua Hippoc. frigidã tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantib. in aestate, & Herodotus apud Aetium ad euitandũ aestũ frigidam natationem cõmendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequẽter utatur neruos laedi, & interdum surditatẽ contrahi, quod Agathinus apud Oribasiũ confessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis natationibus, quae ad gymnasticã quidem medicã pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebãtur. illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri consueuisse in 3. lib. ꝓbauimus, siue ĩ piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines B secundũ opinionẽ nostrã habuerunt, alterũ ut motu illo blãdo, quo natantes agitantur, aqua magis corpora permearet, sicq. mẽbra copiosius humectarentur: alterum ut maiore uoluptate in mouendo sese fruerentur: quandoquidẽ aqua mota, & praesertim balneorum suaui illa attrectatione singularem quandam delectationem affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sentẽtia nec animo, nec corpori prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes huic incũbant, pauca uerba faciam, tũ quia fere sub nauigationẽ reducitur, ut eadẽ repetere non sit opus: tũ quia a medicis prope nullis eã in usu habitã esse cõstat: nisi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes adnumerauit, quando quis in nauicula piscatoria moueatur, & ob hoc piscationẽ nullam calorẽ natiuum augere credendum est, cũ & C Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo rufo colore existere, quoniam intus frigent, extra uero quasi aduruntur: habẽt. n. qui in mari piscantur hanc praecipuam cõmoditatẽ, ꝙ eorũ corpora ualde exiccãtur, & propterea minime omniũ corruptionib. subiiciũtur: quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cõsumiturq. ut magna cũ ratiõe scripserit Gal. piscatorũ habitus duros, ac siccos esse, eorũue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forẽt. Quod uero scripsit Suet. Augustũ interdũ hamo piscari cõsueuisse, id potius animi laxãdi causa, quã ualetudinis gratia ab eo agebatur.

cap. 14.

7. de legib. in sophista lib. 3. c. 13.

loco citato

sect. 38. prob. 2.

1. de simpl. med. 6. ã comp. med. s. l. In vita Augusti. c. 83.

De uenationis conditionibus. Cap. XIII.

VEnationis exercitationem comparans ludo paruae pilae Gal. illud solum inter ipsas discrimẽ posuisse uidetur, ꝙ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuiuis exercitatu facilis esset: altera uero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dũtaxat, atq. diuitibus exer

libro 2. de paruae pilae ludo.

ceri

ceri posset. hoc autē licet Galeni forsan tēpestate, atq. etiā in aliqua D
uenationis specie tēporibus nostris uerū foret, nihilominus in maio
re eius parte secus rem sese habere cōpertum est, quando saepenu-
mero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumētis rusticos,
atq. pauperes uenandi exercitationē frequentare cōspicimus. ut hac
ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. pauccio-
2. de tu. val. cap. 8. rib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cum enim Gal.
uenationē inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit,
recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, non
absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirū
in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes,
saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi
consequens est eā his facultatib. praeditā esse, q̄ corpora uehemen-
ter calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes mi E
nuat, somnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibis, cru-
disue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū
ac uisum acuat, simulq. senectutē retardet. ob quas egregias facultā-
tes illud esse uerum existimare debemus, q̄ Razes Arabs auctor gra-
in 3 com. trac. 13. c. 2. uissimus ex Gal. sententia memoriae mādauit, uidelicet in quadam
Lib de pu. epil. com. 115. peste cōtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduā
exercitationē incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus
exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi la-
bor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi ui polleat maxime,
si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorū uictu apud
illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenatio-
nis specierum qualitates attinet, de duabus solū uerba faciam, tam-
quam in his solis tota uenandi ad sanitatem, aut aegritudinem per- F
tinens facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciūt
omnes, quālibet uenationem, siue canibus, siue retib. siue auib. siue
arcubus siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominib. agi, qui aut
pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat
mihi appellare) uenationē exercētes, cū modo currentib. equis, mo
do gradientib. agātur, modo uociferare, modo quiescere cogātur,
omnib. partib. laborare uidentur, & iccirco multi hac exercitatione
crediderūt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atq.
crura: ego uero eā euitare illis praecipio, quibus caput faciliter of-
fenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculū imminet,
quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile,
aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis
habitus calorem plusquā mediocrē obtinuit siquidē multos uidere

licet

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudēter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus. Lib. 12.

Tarcius utaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam uiolentus eas.
Saepe satisfecit praedae uenator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
B *Tutior est uirtus, insidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedestris eadem fere cōmoda, & incōmoda in equestri reperta continet, nisi q̄, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respōdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, q̄ uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accōmodata C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeāt. ut nō absq. iudicio summo Cornel. Celsus dixerit, sanum hominem, & beneualentem modo nauigare, modo uenari debere. quod si Plinius nepos sanitatē suam uenationi, quā ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligenter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secūdum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & casu quodam, ut plerūq. fit, uenationi operam nauēt. Quicūq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam

Seneca in tragoed.

lib. 1. c. 1. epist. lib. 5.

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D
possunt, quibus ceteri casu sese exercentes subiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diem non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercēdum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tametsi fortasse minus offendat, neq. tamen ipsum noxa penitus caret, quando praeter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usq. adeo prae fame exsaturantur, ut uentriculum in cōcoquendo mirum in modum fatigent, sicq. & cruditates, & alia innumera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis. E

HIERONYMI MERCVRIALIS

sex artis Gymnasticæ librorum elenchus, quorum primus liber continet.

De principijs Medicinæ Caput primum.
De conseruatiuæ partibus, & quid tractãdum cap. 2.
Quid sit gymnastica, et quotuplex. c. 3.
De gymnasticæ subiecto, & eius laudibus cap. 4.
Quo tempore, & quo pacto cœperit Gymnastica cap. 5.
De Gymnasijs antiquorum cap. 6.
De varijs hominum generibus, quæ in gymnasia conueniebant cap. 7.
De gymnasiorũ diuersis partibus. c. 8.
De palæstra, & alijs gymnasij partibus cap. 9.
De balneis gymnasiorum, atque etiam de stadio cap. 10.
De accubitus in cœna antiquorum, & semel duntaxat in die cenandi consuetudinis origine cap. 11.
De auctoribus gymnasticæ, & gymnasiorum ministris cap. 12.
De trium gymnasticæ specierum differentijs: bellica, legitima siue medica, & vitiosa seu athletica cap. 13.
De vitiosa gymnastica, siue Athletica cap. 14.
De viuendi Athletarum ratione. ca. 15.

LIBER SECVNDVS.

Qvid sit exercitatio, & quo differat à labore, & motu. cap. 1.
De gymnasticę medicæ diuisione. cap. 2.
De saltatoria cap. 3.
De sphæristica cap. 4.
De pilæ ludo secundum latinos cap. 5.
De orchestica, siue tertia saltatoriæ parte cap. 6.
De fine saltationis, & de loco cap. 7.
De luctatoria cap. 8.
De pugilatu, & Pancratio, & Cæstibus cap. 9.
De cursu cap. 10.
De saltu cap. 11.
De disco, & halteribus cap. 12.
De iaculatione. cap. 13.

LIBER TERTIVS.

De agendis, & de ratione præsentis tractationis cap. 1.
De deambulatione cap. 2.
An erectum stare sit exercitatio ca. 3.
De pugnarum generibus cap. 4.
De nonnullis alijs exercitationum speciebus cap. 5.
De spiritus cohibitione cap. 6.
De vociferatione, & alijs vocis exercitationibus cap. 7.
De Cricilasia, Trocho, & Pilamaleo cap. 8.
De equitatione cap. 9.
De curruli vectatione cap. 10.
De gestatione in lectica, & sella. ca. 11.
De agitatione per lectos pensiles, et per cunas facta, & de Scimpodio. ca. 12.
De nauigatione, & piscatione. cap. 13.
De natatione cap. 14.
De venatione cap. 15.

LIBER QVARTVS.

De ratione agendorum, & de exercitationis vsu cap. 1.
Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant: &

de exercendi neceſſitate, atque commoditate cap.2.
Improbatio eorum qui omnes homines exerceri debere ſentiebant cap.3.
Redarguuntur qui aſſuetos ſolum exerceri volebant cap.4.
De exercitationum differentijs cap.5.
De corporum morborum, & ſanitatis generibus cap.6
An corpora ægra vllo pacto exerceri conueniat cap.7.
De corporibus valetudinarijs, & ſenilibus exercendis cap.8
De corporibus ſanis exercendis ca 9.
De locis in quibus exercitationes fieri debent cap 10
De tempore exercitationibus apto cap.11.
Quanta fieri debet exercitatio cap.12.
De modo exercendi cap.13

LIBER QVINTVS.

DE ordine agendorum, & de nonnullis ſcitu dignis cap.1.
De ſingularum exercitationis differentiarum effectibus cap.2.
De ſaltatoriæ effectibus cap 3.
De ludorum pilæ effectibus cap. 4.
De luctæ commoditatibus, & incommoditatibus cap.5.
De pugilatus, Pancratij, & Cæſtuum facultatibus cap.6.
De curſus natura cap.7.
Quid præſtet ſaltus cap.8.
De halterum conditionibus ca.9.
De diſci, atque iaculationis effectibus cap.10.
*De deambulationum qualitatibus caput.*11.
Iterum de deambulationum qualitatibus cap.12.

LIBER SEXTVS.

QVos erectum ſtare effectus pariat cap 1.
De pugnarum effectibus cap.2.
De quarundã aliarum exercitationum qualitatibus cap.3.
De ſpiritus cohibitionis facultatibus cap.4.
De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & cantu cap.5.
De lectionis, ſermonis, riſus, & fletus qualitatibus cap.6.
De Cricil. ſiæ, Trochi, & Pilamallei qualitatibus cap.7.
De equitationis facultatibus cap.8.
De geſtationum in vniuerſum viribus cap.9.
De geſtationum in vehiculo, lectica, atque ſella particularibus viribus cap.10.
De lecti penſilis, cunarũ, ac nauis geſtationum facultatibus ca 11
De natationis, & piſcationis effectibus cap.12.
De venationis conditionibus cap.13.

ERRATA SIC CORRIGITO.

fo. 14 linea 3 a fine labetesque lege labetesque
15 linea 19 fiue Elidie lege in Elide.
15 linea vlt. equirendi lege acquirēdi.
17 linea 4 exercitandam lege excitandam
18 linea 6 itner, lege inter.
18 linea 12 ſcribat lege ſcribit.
19 linea 11 propiugeum lege propnigeum
20 linea 4 a fine caldam lege calidā.
24 linea 9 Eoriceum lege Coriceū.
26 linea 22 fabricabatur lege fricabātur.
33 linea 26 Maecenetem lege Maecenatem.
34 linea 5 olei lege olet.
34 linea 11 a fine Inquies lege Inque.
38 linea 24 Albero lege Abero.
42 linea 11 decimum lege decimi
44 linea 17 calda lege calida.
51 19 litore lege littore.
52 linea 12 ſaepto lege ſepto.
63 linea 11 a fine pilicripi lege pilicrepi.
63 linea 5 a fine pedierepos lege pedicrepos.
65 linea 15 a fine fornicator lege fornacator.
67 linea 7 militaris lege militari.
73 15 a fine perſicaſſe, lege perſiccaſſe.
73 6 a fine fere lege ferre.
75 2 victu lege victum
75 21 obtinuerint lege abſtinuerint.
80 linea 14 contineantur, quod a nullo lege contineantur, uerum quod a nullo
83 linea 8 a fine ſphaeriſtirica lege ſphaeniſtica.
84 linea 25 immiſcebat haerebat, lege immiſcebant haerebant.
94 linea 2 c in lege & in
108 linea 16 a fine Glacus lege Glaucus
126 linea 4 a fine Arataeus lege Aretaeus.
115 in margine Pliacorū lege Eliaiorū'.
136 linea 13 a fine exercitandam lege excitandam
141 linea 9 incindentibus lege incidentibus.
143 linea 10 ſangnine lege ſanguinem.
149 18 excitati lege exercitati.
154 9 perſpirabilemq. lege perſpirabileq.
158 19 a fine rectores lege rhetores
158 16 a fine litora, lege littora.
169 linea 7 quarūlibet lege quorumlibet
171 19 ſtuderunt lege ſtuduerūt.
186 17 a fine qua, lege quae.
187 linea 23 corpori lege corporis.
224 linea 5 quodcunq. exercitationes lege quodcunque poſt exercitationes
230 F defecto lege defectu.
231 linea 18 quo lege quem.
232 21 remunitores le. reūctores.
238 18 viuendi lege videndi
249 linea vltima ſicq. lege ſiq.
255 22 Theophaſtus lege Theophraſtus.
256 linea 2 ſatisfacere lege ſatiſceré;
255 linea 5 a fine ſalteribus lege Halteribus.
261 linea 3 a fine noce lege nocet.
262 linea 7 a fine afficiūt lege efficiūt.
279 linea 18 a fine Auéroar lege Auenzoar
288 linea prima patere lege petere
290 linea 3 ouent lege fouent

Te monitum praeterea volumus candide Lector erratum eſſe in ichnographia ſecunda paleſtrae oblongae, cum ſculptor eam minime ſeruauerit in platanone, & ſecunda, ac tertia porticibus extra paleſtram longitudinem, quam ratio proportionis poſtulat, & quam ipſi deſcripſeramus.

INDEX LOCVPLETISSIMVS
RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A

Bies est materia currib⁹ faciendis apta. 171.a
Abrahã vt De⁹ ab Alex. Se. colebatur 182.d
Academia Platonis. 18 e
Accubitus consuetudo vnde manarit 53.a.b
Accubitu s virorũ forma qualis fuerit. 53.e & deinceps
Accumbentium numerus quis esset. 54 d
Accumbentium imago 55
Achilles suos milites disco exercebat, ne ocio torpescerent 111.c. 130 f
Acidũ ructãtes vociferatione iuuant 181.c
Adolescentes cur ad gymnasia accedebant. 26.d
Adorantes erecti ex lege stabant 138.f
Æger nullus ex aliquorum sententia est exercendus 205.c
Ægroti priscis temporibus palàm exponebantur, & qua de causa 1.c
Ægyptus, Homero autore, multas herbas, ac medicamenta habuit 1.b
Aer est ex extrinsec⁹ corpori accidẽtib⁹. 6.f
Ætas in exercitatione est cõsiderãda. 111.f
Aglaitades errauit, risum diceus neq; corpori, neq; animo prodesse. 161.b. 188.d
Agonistarcha quis fuerit 61.a
Albati erant vna factio Romana 168.e
Aldus Manuti⁹ iuuenis eruditissim⁹. 178.d
Alexander Seuerus Imperat. exercitationis causa aliquando piscabatur. 181. quos Deos coleret. 182.d. ad maiorũ effigies sacra faciebat. ibidem
Alexandri Seueri Imp. exercitia post lectiones quę fuerint. 28.f. idem balnea virorum ac mulierum separauit 50.d
Alexand. Seuerus Imp. ferè semper frigida lauatione vtebatur, rarò calida 39.c
Alexan. Seuerus Imp. noluit ingenuos cur su exerceri 115.c
Alexander Seuerus Imperat. nemora pub. thermis iunxit 134.f
Alexander Seuerus Imp. qua victus ratione, Lampridio authore, vteretur 225.a
Alexander Macedonum Rex quid ante cibi sumptionem ageret 114.e
Alexander propter cruris vulnus lectica in militari expeditione vtebatur 298.f
Alipilus in gymnasijs quis esset, & quid ageret 63.c
Alipta quis nam esset 63 a
Aloysius Mocenicus Fracisci F laudat. 19.c
Ambulationes quęnam secundum Aristo. sint faciliores 217.c
Ambulationes tum ascẽdẽdo tum descẽdendo factæ qua de causa laudentur. 264.d
Ambulatio sub Dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celso prefertur 265.a
Ambulatio subdialis multas habet species ibidem
Ambulatio sub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuersis diuersimode accipitur ibidem
Ambulatio sub Sole minus lædit, quàm statio, & qua de causa ex Aristot. sententia 266.f. 271.a. 272.c
Ambulatio in vmbra facta, quænam sit bona ibidem
Ambulatio per arbores rore suffusas facta lepram facile inducit, & cur 267.a
Ambulatio epilepticis, & vertiginosis conueniens quę sit 267 b
Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de causa ibidem
Ambulatio post cenã q b⁹ cõueniat. 267.c
Ambulationis matutinæ, & vespertinæ effectus qui sint ibidem
Amycus Bibriciorum Rex cestu claruit, & fuit à Pollucc interfectus 110.f
Ammon apud Oui. cestu valuit 111 a
Andreas Baulius vir multæ doctrinę. 34.
Andreas Palladi⁹ Architect⁹ peritissim⁹. 19.c
Angina laborãtes luctam effugiant. 246.e
Animus sine corporis auxilio nihil laude dignum efficere potest 13.a
Anneus Gallio sanguinem expuens nauigatione sanus factus est 179.b
Antheus secundum Platonem fuit luctationis artis auctor 105.a

Antio-

Antiochus medicus quo exercitio vteretur 210. c. f
Antioch⁹ medic⁹ vehiculo gestabat. 297. b
Antiq bis in die an semel saturarent. 52. f
Antiquorū mos vinciēdi tpa in cœna. 57. a
Antiqui in stratis cœnabant 53. a
Antiqui omnes voluptates in conuiuiis excogitarunt 58. e
Antiquorū studiū in cibis ac potibus delicatissimis cōquirendis magnū fuit 58. e
Antiquorum scripta quonam modo interierunt 161. c
Antiquorum maior pars mane vel nihil, vel exiguum quid sumebat 225. c
Antiquorum maior pars in vespere solum saturabatur 136. e
Antonius Pius Imp. balneum populo sine mercede constituit. 48. d
Apodyterium in palestra quid fuerit. 19. c
Apodyterium in balneo quid esset 40. f
Apollini cur Athenienses gymnasium consecrarunt 8. d
Apollo iaculationis & medicinæ Deus ab antiquis indicatus 130. f
Apollo iaculationi ab antiquis est præpositus, & quare 258. e
Apollonius vt Deus ab Alex. Seue. colebatur 182. d
Apoplectici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 299
Aponaxis quid 85. c
Apostemata in pectore rupta habentes vociferatione iuuantur 281. c
Apricari quid faciat 140. d
Apuleius Celsus in Sicilia quendam à canerabido morsum curauit 4. e
Aquæ formido, Pompeio viuente, primo se nobis manifestauit 4. e
Aquis medicatis etiam vtebantur in lauatione ad voluptatem 47. a
Aqua est ex extrinsecus corpori accidentibus 6. f
Aquæ omnes sponte nascentes calidæ sunt Aristot. authore 303. c
Aquarium quid esset 43. a
Archigenes fuit Had. Imp. archiater. 291. f
Archimedes sæpe figuras mathematicas in corpore vncto designabat 32. d
Aristotelis sententia de gymnastica & pædotribica 10. d
Aristote. sentētia de arte gymnastica 13. a
Aristot. sentētia de motu post cibū 221. a
Ars gymnastica, Gale. sentētia, est maxima pars facultatis conseruatricis 7. b
Ars gymnastica qb⁹ nā reb⁹ perficiat. ib. d
Ars gymnastica quomodo scientia a Galeno vocetur 10. d
Ars Gymnastica quid nā circa corpus humanum operetur 12. f
Ars gymnastica ad bonum corporis habitum acquirendū, ac sanitatē cōseruandā maxime, pdest multorū testimonio 13. a
Ars gymnastica homini est naturalis 13. c.
Ars gymnastica quo tpe inceperit 13. b. c. d & quomodo ordinem ac regulas acceperit 15. c. 62. f.
Ars conseruatoria qualitate, quantitate, occasioneq; perficitur 7. a
Ars medica qua ratione coniecturalis efficitur & quasi incerta 216. f
Artis Gymnasticæ diffinitio. 10. f & 189. c
Artis Gymnasticæ finis 10. f
Artis gymnasticæ apud antiquos existimatio 13. a
Arthriticos deambulatio lenis, & remissa iuuat, & vehemens lædit 251. c
Arthriticos gestatione curabat Asclepiades 196. f
Arthriticos natatio frigida iuuat. & qua de causa 305. a
Æsculapius Epidaurius multum artem medicam illustrauit 1. c
Æsculapius sanis positis, solis morbosis, ac languentibus opem ferebat 1. c
Æsculapius iaculationis & medicinę Deus ab antiquis iudicatus 130. f
Æsculapius venatione summopere delectabatur 185. c
Æsculapius ab antiqs iaculationi est præpositus, & quare 258. c
Asclepiades Prusiensis orator, & medicus clarus 51. c
Asclepiades per inediā trium aut quatuor dierum multos affectus curabat 193. c
Asclepiades infirma corpora variis exercitationibus molestabat, vt hominū fauorem aucuparetur 205. b. 235. b
Asclepiades Prusiensis lectis, & balneis pēsi lib⁹ in ægris curādis vtebat. 176. f. 300. f
Asclepiadem Soranus reprehendit, q̄ phreneticos cātu curare profitebatur. 284. d
Assa in balneo quid esset 41. a
Asthmaticos cursu vestibus laneis facto Theodorus Priscianus curabat. 253. a
Cœlius Aureli. spiritu retento. 279. c & vociferatione. 281. c Asclepiades gestatione 296. c
Athenæum quis locus fuerit. 18. f

Athenienſes cur Apollini gymnaſium cõſecrarunt 8.d
Athenienſes poſt Lacedæmonas gymnaſia inuenerunt 18.e
Athenienſes iuuenes quid agerent, vt intrepidi ad vulnera fierent 144.e
Athleticæ finis 11.b
Athletarum remunerationes 11.c
Athletæ in gymnaſio ſe exercebant. 26.d
Athletæ ſimplici nomine dicti q̃ ſint. 67.b
Athletæ quibus cibis vterentur 68.e
Athletę quo nomine à Plato. vocẽtur. 69.b
Athletarũ victus ratio, quæ eſſet 72.e
Athletæ cur pallidi fiant poſt labores ex Ariſto. ſententia 74.e
Athletæ à Venere ꝓrſus abſtinuerũt. 75.b
Athletarum ęgritudines ſecundũ Gal. 76.d
Athlet. gymnaſtica ſaltationes habuit. 83.a
Athletæ ambulationib⁹ nõ vtebant. 135.b
Athletæ aduerſus palũ ſe exercebãt. 145.a
Athletæ ex ſpiritus cohibitione nõ parum auxilij capiebant 154.d
Athletæ ſtatim poſt exercitationem potũ vitabant, & qua de cauſa 224.d
Athletæ frequentiſſime vtebantur pugillatu, lucta, & Pancratio 148.d
Athletæ oſtẽtationis etiam gratia ſpiritum retinebant 154.f
Atrophia laborantes vociferatione liberantur 281.c
Atrophiam geſtatione curabant Theodorus Priſcianus, & Aretæus 296.d
Attonitos aliquo ſtupore Ætius geſtatione curabat 298.e
Author huius operis cur de gymnaſijs ſcribere ſibi propoſuerit 7.a
Auditus ſpiritu retento melior fit 279.b
Aues in aere ſtare apparẽtes an aliquo modo moueantur 137.a.b
Auerrois ſentẽtia de ijs qui exercitationem dimittunt 194.e
Auerrois reprehenditur, qui cenſuit morboſa corpora quotidie ad ſudoris initium eſſe exercenda 209.e
Aug. Imp. lege ſanciuit, vt milites educerentur ambulatum in menſe 135.c
Aug. Imp. ſcimpodio qñq; vehebat. 177.c
Auguſtus Impe. ſolle ſe exercebat, & qua de cauſa 242.f
Aug. Imp. in fine deambulationis ſubſultim currere videbat & qua de cã. 254.e
Aug. Imp. coxendice, femore, & crure ſiniſtro laborãs ambulatione in harena maximè ꝓfunda ſe exercebat, & qũo. 264.f
Aug. Impe. poſt cœnam lectica lucubratoria vtebatur 299.a
Aurelianus Imperat. thermas hyemales in tranſtyberina regione fecit 206.f
Aurium doloꝛe patientes lucta lędit. 246.c
Aurium dolore vexatos geſtatione Gale. Tral. & Ætius curabant 297.c
Axes curruum ex vlmo, ilice, & fraxino fiunt. 171.a

B

Baliſta quale inſtrumentũ fuit. 150.e
Balneum gymnaſiorum 38.e
Balneũ loca ꝓfituẽtia quęnã eſſent. 39.b
Balneis inſeruientia quę nam eſſent 39.b
Balneoꝝ ſitus ſm Vitruuij ſententiã. 43.b
Balneoꝝ aer extrinſec⁹ & intrinſec⁹. ibidẽ.
Balnea multum calida Gal. tempore in deſuetudinem abierunt 44.c
Balneorum magnitudo, mobilitas, immobilitas, figura ibidem
Balnea non eundem finem habent. 46.e
Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuerſa ratione vtebantur 47.b
Balneum res quadrãtaria cur vocetur. 47.c
Balneorum hora quę fuerit 50.f
Balnea ſemp ante ſolis occaſum claudebãtur, nec vnq̃ ante auroram aperiebãtur ante Alex. Seueri Imp. tempora 50.f.
Balneis penſilibus Aſclepiades in ægris curandis vtebatur. 176. f.d. à Sergio Orata ſunt inuenta 177.a
Baptiſterium in balneo quid eſſet 39.c
Bellorophon fuit eg̃tatiõis inuẽtor. 167.c
Bigis Plato animas aſſimilauit 171.c
Bigæ in pub. ſacris frequentiſſimè certauerunt ibidem
Blandi Forliuienſis error de thermis 19.b
Botularij ĩ gymnaſijs botulos vẽdebãt. 64.c
Brachia, dum quis manibus vacuis currit, quodammodo conuelli videntur. 255.b
Brachia diſcus corroborat 257.c
Brotheas apud Oui. ceſtu valuit. 111.a
Budæus fallitur 17.a
Budęierror 145.b
Budęus defenſus a Cornario. 119.a

C

Achecticos natatio maritima iuuat. 304.e
Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus. 2.f
Calicrates armatus currẽdo bis vicit. 116.e
Callimachus ſtatuarius cacirotecnus cur ſit dictus 118.f
Calidarium in balneo quid eſſet 41.a

Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudine excrementorum, fit robustior 192.f
Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato extinguitur 206.f
Calor nimius exercitationes ,phibet 220.f
Calor natiuus exercitatione est excitandus & qua de causa ibidem
Calidi homines vel parũ vel nihil exerceri debent,& qua de causa 214.e & 219.c
Campus Martius Tyberi vicinus erat, & qua de causa 182.f
Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt. 4.e
Cãtoribus spiritu retento peritonęum rumpitur 284.e
Cãtus exprimit rerum similitudines. 9.b.e
Cantus à vociferatione differt 283.b
Capita detecta,à sole multum lęduntur, & qua de causa 272.e
Capite cooperto antiq sacrificabãt. 139.b
Capite malè affectos ex Antylli sententia multa deambulatio iuuat. 262.c.itẽ deambulatio facta calcibus incumbendo 263.a
Capitis grauitate laborantes post motum leniter factum leuãtur, post cursum magis laborant ex Casij medici sententia vnde fiat 251.b.c
Capitis dolorem inueteratũ Aretæus manuum gesticulatione curabat 240.d
Capitis circunuolutiones vertigines pariunt. 242.d
Capitis dolorẽ lucta iugi & magistro adhibito facta Cęl. Aurelian° curabat. 245.a & tali dolore laborantes currere vestitos iubebat. 253.a. & deambulare. 261.a
Capiti male affecto vociferatio obest 282.e
Capitis dolore laborãtes vehiculo per longam viam Cœl. Aureli. vehi debere iudicauit,& qua de causa 297.c
Caput debile lædit saltatio 240.e
Caput dolens haltere lædit 256.f
Caput læditur ambulatione ex motu, & quiete facta,& quare 262.e
Caput maiores nostri ferè nunquam tegebant 272.e
Carcere detenti qua exercitatione possint vti 194.e
Carnes exercitatorũ caseo iam coagulato: non exercitatorum verò caseo nondum bene coagulato comparat Gale. 194.e
Carnis multitudinẽ deãbulatio aufert 261.a
Carnis multitudo qua ratione à Cęlio Aureliano minuatur 277.a
Carnis multitudinem gestatio Cœl. Aureliano authore,remouet 298.e
Cassius iatrosophista Romæ Cornel. Celsi ætate medicinã summa cum laude exercuit 251.b
Cachecticis vociferatio subuenit 281.c
Celtæ post cęnam pugna vmbratili se exercebant 14.c
Cęlum meridianum quale sit ex Vitru. sententia 219.a
Cęnæ initio veteres arctius accumbebant satiati πτρίτα πελάρια vertebantur. 53.f
Cęnaturi antiquitus ad dolores capitis ex cibo & potu, & ebrietatem arcendam lineis vinculis frontem & tempora vinciebant, & cur. 55.a
Cęnę ꝓsuetudo apud antiquos. 52.f. & ista
Cęnæ hora cur vespertina sit data 59.a
Centauri quinam sint dicti 167.c
Cera digitis emolliẽda arthriticis dat. 128.e
Cercio secundum Platonem fuit luctatoriæ artis auctor 105.a
Certamina quomodo inceperint 14.d
Cestiphori in gymnasio se exercebãt. 110.e
Cestuum exercitatio 110.d 248.e
Cęsar scripsit, non frustra fuisse antiquitus institutum, vt in bello committendo signa concinerent, & vniuersi milites clamorem excitarent 136.f
Cęs. Augu. exercitationis causa aliquando cæstus. 113. piscabatur. 181.c.305.c
Charmis etiam hyeme aqua frigida lauari hortabatur ægros 47.b
Chiron venatione summopere delectabatur 185.c
Chorea saltationis nomen vnde sit ortum. 101.b.c
CHRISTVS vt Deus ab Alex. Se. colebatur 182.d
Cibi necessitas,vnde nam ,pueniat. 192.d
Cibi superfluitates necesse est, vt è corpore effluant 192.e
Cibi praui non lædunt eos, qui multum exercent, & qua de causa. 191.b
Cibis malis succi vtentes homines quomodo se habeant 199.c
Cibi cõcoctio quomodo cognoscit. 223.b
Cubistica est prima species saltationis. 81.d. 219.c
Ciborum satietas vitari debet 192.f
Ciborum in appetentia laborantes lectus pensilis iuuat. 301.a
Cibos fastidientes vociferatione iuuantur 281.c

Cibus poſt exercitationem nõ ſtatim debet aſſumi, & qua de cauſa 213.c
Cinædi vnde dicti a veteribus 101.a
Cyrus Perſarum Rex corporis labores magnopere æſtimauit 8.d
Ciſius erat vehiculi ſpecies 208.e
Claudius Cęſ. vehiculo vndique tecto primus, & quando eſt vſus 172.f
Claudus Impe. Harpocrę liberto ſuo conceſſit, vt per vrbẽ lectica vehi poſſet. 174.f
Claudus ſecundũ Platonem quis ſit. 13.a
Clemens Alexandrinus Antonini, & Seueri Impe. tempore floruit 49.c
Clemẽs Alex. tpe Gal Romę floruit. 105.b
Clitomachus Cartaginiẽſis fuit nouæ Academiæ ſectator clarus 75.a
Cęliacos manuum geſticulatione curabat Aretæus 240.d. & vociferatione. 281.c & exercitatione inter myrtos, lauros, & thymum facta 196.f
Coitu vſuri veſpere non cœnabant 52.f
Coitus quoſdã lædit, quoſdã iuuat. 196.e
Colicos Ætio autho. lctõ alta iuuat 185.b
Colicos pilæ luſu. Cœl. Aureli. curabat. 243.b. & curſu. 248 e. & deambulatione. 261.a. & ſpiritu retẽto. 278.f. Aſclepiades geſtatione 296.f
Com. Impe. filius in palæſtra in ægritudinem incidit 29.a. 245.b
Cõmod⁹ Impe. iaculatiõe excelluit. 131.a.b
Comitiales luctam vitare debent. 246.e
Concamerata ſudatio in palæſtra vbi nam erat 20.f
Concoctionem impedit exercitatio ex Eraſiſtrati ſententia 191.b.c.
Cõcoctio & à quiete, & ab exercitatione moderatè facta multum iuuatur. 192.f
Concoquentes difficulter vociferatione iuuantur 281.c
Coniſteriũ ĩ palęſtra vbi nã erat. 20.f.34.e
Conſeruatiua medicinę pars à quibuſdã ſola digna videt, vt noĩe medicinę noĩet. 5.c
Conſeruatiua medicinę pars à quibuſdam in tres partes eſt diuiſa. 6.e
Conſeruatiuam conſtituentia quatuor nominibus à medicis cõprehenduntur. 6.f
Conſtantini Impe. tempore accipitres edoceri cœperunt 188.e
Conſuetudo magna ex parte conuenit naturæ exercitati corporis 198.e.f
Cõſuetudinẽ pmutãtes valde lędunt. ibid.
Conſuetudo mala quomodo ex Hip. ſententia ſit mutanda 200.d
Cõſuetudo exercitij quantũ profit. 211.a
Cõſuetudo in oĩbus eſt cõſeruanda. 112.
Conſuetudo in exercitatione conſideranda eſt ibidem
Cõtinui ſolutio quib⁹ rebus accidat. 208.e
Continui ſolutioni nullum motus genus conuenit, & qua de cauſa ibidem
Continui ſolutioni membris ignobilibus contingenti modo quodam exercitatio mediocris conuenit ibidem
Cõualeſcẽtes vociferatione iuuãtur. 281.c
Conuulſionib⁹ capiuntur, qui curſu cõcitato vtuntur. & quomodo hõc fiat. 252.e
Cornari lapſus. 118.f
Cõuiuis olim frigida, & calida a puero dabatur. 54.e. Cornibus boum priſci potabant 55.b
Cor. Cęl. iubet, vt in antiquo laterum dolore victu athletico vtamur 76.e
Corpus humanum quo pacto à diuerſis diſciplinis conſideretur 12.e
Corpus humanũ quomodo eſt artis Gymnaſticæ ſubiectum ibidem
Corpuſcula à noſtris corporibus continue efluunt 192.d
Corporis habitus ab exercitatione conſeruatur 192.e
Corporis virtutes per exercitationem fortiores fiunt & expeditiores 192.f
Corporis membra per exercitationẽ firmitatem & robur acquirunt. ibidẽ. 194.d
Corporis habitus ab ocio deſtruitur. 192.e 157.c
Corporum tria genera à medicis conſiderantur, & quæ 204.d
Corpora agra an aliquo pacto debeãt exerceri 205.b
Corpora ſicca motibus leuibus & moderatis vti poſſunt 206.f
Corporib⁹ calidis & ſiccis nullę ĩmoderatę exercitatiões ẽueniũt. 206.f. 215.b. 229.c
Corporibus frigidis & ſiccis exercitationes remiſſæ conueniunt. ibid. 115.c. 230.d
Corpora, quorũ vnũ mẽbrũ intẽperiem patitur, quomodo ſunt exercenda. 107.a
Corp⁹ nullũ quauis intẽperie laborãs debet vehemẽti exercitatione exerceri. 107.b
Corpora ob malam formationẽ morboſa, quomodo ſunt exercenda ibidem
Corpora in numero morboſa exercitationibus vti poſſunt 208.d
Corpora ęgritudine in ſitu laborantia nullo exercitationis genere vti debent, & qua de cauſa ibidem
Corpora valetudinaria q̃nã ſub ſe ſm huius

ſius auctoris ſententiã pñt cõtinere. 209.a
Corpora ſenum cur multa excrementa generent 210.d
Corpora ſenum quibus exercitationibus vti debeant 210.e
Corporum ſanorum differẽtias multas antiqui medici conſtituerunt 211.c
Corpus perfecta ſanitate prẽditum potius mente conſiderari poteſt, quàm re ipſa inueniri. 212.d
Corpora multa temperata in ſua regione inueniri dixit Gal. ibidem
Corpora communiter ſana dicta excremẽta quotidie generant, & ob id exercitationibus indigent ibidem
Corpora frigida, vehementer & multum exerceri debent 214.f
Corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigent, ibidem 229.c
Corpora humida à labore ſuffocati, hæc Ariſtot. ſententia quomodo ſit intelligenda conciliator exponit ibidem
Corpora in ætate potius, quàm in hyeme ſunt exercenda ex Ariſto. ſentẽtia 220.f
Corpora quibus temporibus ſint exercenda, & locis 221.e
Corpora calida & humida moderatis exercitationibus indigent ibidem. & 229.c
Corpora frigida & humida multis & vehementibus exercitationibus indigent. ibidem, & 230.d
Corpora ab iiſdẽ, quãdoq; leduntur, qñq; iuuantur, prout illis applicantur. 235.a
Corporis carnoſitas multis exercitationibus remouetur 238.e
Corpora induta minus à ſole caleſiunt ſm Ariſto. ſententiã, & qua de cauſa. 272.e
Corpora lurata tum hominum tum quadrupedum natãdo in artus facillime reſtituuntur 304.f
Coriceum in paleſtra vbi nam erat. 10.f. & quid eſſet. 29.c. 87.b
Corycus quid eſſet ex Antilli ſententia. 86.e. 101.c. 242.d
Cornarius corycum malè follem interpretatus eſt in Hip. conuerſione 33.c
Cornarius malè arguit Budæũ. 118. & 119.
Coxas debiles ſaltatio confirmat 240.e
Coxis ex Hip. ſententia equitatio eſt inimica 293.a
Craneum gymnaſiũ apud Corinthios. 18.f
Craſſi quando cibum debẽt ſumere. 123.c
Crateri medici ſeruus horribili quodã morbi genere captus fuit, quo carnes ab oſſibus cadebant 5.a
Cratinꝰ poeta cur ſaltator ſit vocatꝰ. 101.b
Crepaturas patiẽtes ſaltũ dẽnt vitaſ. 255.a & diſcũ. 258.e. & ſpiritũ retentũ. 280.d quomodo fiant. 284.e.f
Criptoporticis antiqui ad deambulãdum vtebantur, & qua de cauſa 265.a
Criſilafiæ forma ex Oribaſio, quæ nata fuerit 162.d. eius vtilitas 209.b
Crito medicus Romæ ſub Traiano floruit 245.c
Crudos pilæ luſus lædit 243.b
Crura infirma ſaltatio corroborat 240.e
Crurum vlcera haltere Gal. curabat. 256.e
Cruſtulatorij ĩ gymnaſijs cruſtavẽdebãt. 64.e
Cunis quomodo in ægris curãdis antiqui medici vterentur 178.e. 301.b
Curatiua medicinæ pars ob neceſſitatem prius eſt inuenta, & à quibuſdam impoſtura quædam dicitur 5.b.c
Curæ ſanum corpus conſeruant 6.f
Currendi facultas à natura data eſt animalibus 155.a
Curſus certamen Eleis inſtituerunt 115.c
Currens ab ambulante qũo differat 251.a
Currentes hyeme magis rigent ſtantibus, & qua de cauſa 220.f
Currentium ſpiritus anhelat 252.d
Curribꝰ faciẽdis materia apta eſt abies. 171.a
Curribus manu ductis febricitantes, vt inquit Herodotus, vtebantur & quantum ſpacij perficerent 172.e
Curribus oĩs generis ſani vtebant. ibidẽ.f
Curribus tectis principes vtebantur potius, quàm apertis antiquitus ibidem
Curru tecto Plinius iunior propter oculorum infirmitatem vtebatur ibidem
Currus multa apud antiquos erãt genera, & quæ & quomodo ſimilia, & diſſimilia erant. 173.a
Curtulis vectatio ab Erichthonio eſt inuenta 171.a
Curtulis vectatio apud mulieres Romanas in maximo honore habebatur 171.b
Curtulem vectationẽ Romani mulieribus abſtulerũt, ob nimium luxũ, poſtea illis reſtituerunt, & qua de cauſa ibidem
Curtulis vectatio apud gymnaſticos æſtimata erat 171.c
Currus duarum rotarum antiquitus erat in vſu 171.a
Currus quatuor rotarum Phryges inuenerunt ibidem

Currus ſex rotarũ Scythę inuenerũt. ib idẽ.
Currus forma eſt varia ibidem.
Curruũ certamẽ in ludos olympios quando ſit inuectum 171.c
Curſor qui ſit ex Ariſtotelis ſententia 70.d
Curſus Gal. ſentẽtia nõ parũ cõfert ad ſanitatẽ, & bonum habitum. 116.e. 249.b
Curſus quis motus ſit, 201. c. eius vtilitas & damna 249.c. & infra.
Curſus tres ſunt ſpecies ex Antylli ſententia 116 f
Curſus apud veteres Græcos quid ſit 217.b
Curſus omnis febrientibus nocet 249 c
Curſum pro vertiginoſis curandis atq; epilepticis Aretæus laudauit 250 d
Curſus circularis effectus qui ſint & omnino repudiari debet ibidem
Curſus eos, qui fungos comederunt, & qui à ſcorpionibus icti ſunt, iuuat 250.f
Curſus quo renes lædat, & iuuet. ibidem
Curſu non in puluere facto faucium interiorum exulceratio curatur. ibidem.
Curſus pedes & crura iuuat ibidem
Curſus qua de cauſa ex Ariſto. ſententia caput lædat 250.d
Curſus à quibus vitari debet 252.d
Curſus in poſteriora factus quęnam auxilia ex Antylli ſententia corporis partibus præſtet 252.e
Curſus per accliuia, & decliuia differentiæ 252.f
Curſus corpore nudo factus quid efficiat. 253.a
Curſus quo tpe magis ſit faciendus. 253.b

D

DAres apud Vergi. ceſtu valuit. 111.a
Deambulationis vtilitas. 133.c. 259. per totum caput.
Deambulationib⁹ loci apti qui ſint. 263.b
Deambulatio multas habuit ſpecies. 135.c & infra. 259.c
Deambulatione quãdo vti debemus 260.d
Deambulationis effectus qui ſint. ibidem
Deambulatio mediocris eſt magis in vſu & quæ ſit ibidem
Deambulatione pro inſania, & aſthmate curandis Cęl. Aureli. vtebatur. 260.f
Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes vtebatur ibidem
Deambulatio pauca quibusnam conueniat 262.d
Deambulatio extremis digitis facta lippiẽtibus confert 263.a
Deambulationum differentiæ à loco ſumptæ quę ſint 261. b. & earum vtilitates, & nocumenta, ibidẽ & infra.
Deambulatio tarda quibus cõueniat. 261.a
Deambulatio quęnam ſit, qua Hip. Auic. & Haly poſt cœnam vtuntur 261.b
Deambulatio febres auget. ibid.
Deambulatio minorẽ fatigationẽ in ſpiran di difficultate, q̃ pedib⁹ ſtare affert. ibid
Deambulatio vehemẽs corporis tremorem expellit. flatus diſcutit. ibid.
Deambulatio ſalubrior quæ ſit ex Acumeni medici ſententia 217.a. & 264.c
Demetrius Hermopolita, & eius laus. 60.e
Demoſthenes prope maris litus vociferabatur. 158 e. & aſcendendo orationes recitabat, & qua de cauſa. 263.c
Diaulus curſus qui ſit 116 e
Dielcyſtinda 152.f
Diocles eſt damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus poſt cibum exercebat 225.a. 268.d
Diocles reprehenditur, qui epilepſiam ſpiritu retento curari dixit 280.d
Dionyſio ſyracuſano cibis appoſitis non delectanti quid coquus reſponderit. 187.c. 307.b
Dioreus aduerſarium vnctum & ſine puluere ſuperauit 33.b
Dioxippus aduerſarium vnctũ, & ſine puluere ſuperauit ibidem
Diſcus quot ſignificat, & quæ 123.a
Diſci exercitatio fuit antiqua. 111. b. eius vtilitas 257.b
Diſci figura qualis fuerit 123.c
Diſcus robuſtis corporibus conuenit. 212.f
Diſci exercitatiõe loco purgationis, & phlebotomiæ, ſi quid impediat, vti poſſumus ex Gale. authoritate 257.c
Diſcobboli 122
Diſcus à iaculatione tum in iuuando tum in lædendo parum differt ibidem
Diſcus ab haltere differt 258.d
Dolentibus varius ſermo ſubuenit. 283. b.c
Dolichus curſus quis ſit 116.e
Domitianus Imper. iaculatione excelluit. 131.b
Domitianus Imp. locum pro vocis exercitatione inſtituit 158.e
Dorſum diſcus corroborat 257.c
Dorſum debile habentes erecti ſtare nõ debent. & qua de cauſa 269.b
Dracũculi circa cruta & brachia multis circa mare rubrum apparuerunt, & quid facerent 4.f

Dropax quid ſit 213.c
Dubitationes duæ circa exercitationes ortæ ſoluuntur 202.f
Duellum à quo ſit inuentum, & cui pugnę antiquorum generi reſpondeat 275.a

E

ELæotheſium in palæſtra vbi nam eſſet 11.d.20.f
Elleborũ qui ſumpſerunt geſtatione in lectica facta iuuantur. 299. a. & in lectis penſilibus 301.a
Elephantiaſis Ægypto familiaris quo tempore Italis innotuit 4.e
Elephanticos vſu coryci Aretæus curabat. 242 e. & vociferatione. 281. c. Celſus deambulatione. 261.c. Aſclepiades geſtatione 296.f
Elephãticos natatio maritima iuuat. 304.d
Entellus apud Vergi ceſtu valuit 111.a
Ephebus Athenis ſerpentem puſillum, & ſtatim ambulantẽ cũ ſemine emiſit. 5.a
Ephebęum in palęſtra vbi nã erat, & quantum 20.f.24.e
Epilepſia inſolatione moderata ſecũdum methodicos curatur 271.c
Epilepſia gladiatoris iugulati ſãguine epoto ſecundum quoſdam curatur 275.b
Epilepſia ſpiritu retento Cęl. Aurel. authore non curatur 280.d
Epilepſia quo pacto vociferatione curetur 282.e
Epilepſiæ vehiculo per longam viam vehi nõ conducit Cęl. Aureli. authore. 297.c
Epilepticos geſtatione Gal. Tral. & Æt. curabant ibidem
Epileptic. curſus vehemẽs ex Theod. Priſcia ni ſnia liberat. 250.e. & lõga & recta ambulatio ex Cęl. & cel. authoritate. 262. e
Epilept. Aretęus curabat manuũ geſticulatione. 240.d. lędit deambulatio. 261.a.e
Epilepticis Antyllo authore natatio omnis obeſt 304.e
Epiſcyrus luſus quis 85
Equitatio an ſit exercitatio. 79.a. eſt motꝰ mixtus ſecundum Gale. 170.f. 292.d
Equitatio qd efficiat & eius inuẽtor. 167.c ſemper in honore eſt habita ibi. & 170.d eius vtilitates & damna 292.e.f
Equitatio ſuccuſſante equo facta quid efficiat 295.b
Equitatio per aſturcones equos facta quid efficiat ibidem
Equitationis per gradarios equos factæ effectus 193.c
Equitantes cur aliquando lachrymas emittant 294.d
Equitatio an ſit geſtatio ibid.
Eraſiſtratꝰ miſſionẽ ſanguinis è medicina auferẽdã, atq; etiam oẽm exercitationẽ inutilem ad ſanitatem iudicauit 191.b
Eraſiſtrati rõnes, quatuor quibꝰ exercitationem inutilẽ eſſe ad ſanitatẽ dixit. ibid.
Eraſiſtratus per inediã trium aut quatuor dierum multos affectus curabat. 193.c
Eraſiſtratus eſt damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus poſt cibum exercebat 223.a
Eraſiſtrati rõnes ſoluuntur. ibid. & infra.c
Eraſiſtratus malèà Cęlio reprehẽditur, qui paralyticos deambulatiõe in locis harenoſis facta exercendos iudicabat. 264.f
Eraſmi error 154.f
Erectum ſtare an ſit exercitatio. 136.f. vtilitas & nocumenta 169
Erecti ſtantes quodãmodo monẽtur. 137.c
Erectum ſtare ante cibi ſumptionem quomodo iuuat. 140.c.169.c
Erectum ſtare multas habet differentias, & vnde capiantur 169.c
Erectum ſtare poſt cibos ſumptos quid faciat 139.c.207.e
Erichthonius currulem vectationem inuenit 171.a
Eryſimachus medicus ad ſingultum curandũ ſpiritus cohibitione vtebatur. 153.c
Eſculẽta tum cibi tum remedij cauſa ęgrotis exhibentur 6.f
Euphorbus Iubę regis medicus, & Antonius Muſa fratres vſum aquæ frigidæ poſt balnea calida monſtrarunt. 47.b
Eutipidis ſententia de athletis 71.b.c
Excrementa diuerſis modis è corporibus auferuntur. 190 f. & infra
Excrementa in corporibus detenta multas morborum ſpecies generant. 192.c. 196.d. 212.d. 214.d.
Excrementa ante exercitationem è corpore expelli debent 223.a
Exercitationes corpus cõſeruant ſanũ. 6.f
Exercitationes quomodo corpori ſano vtilitatem, Gale. & Auic. ſententia, præſtent 7.c
Exercitati cur à frigida lotione aut potione lędantur 223.c
Exercitationis diffinitio ſm Gal. 77.b. ſm Auic. 78.a. ſm Auer. & hũc authorẽ. f.
Exercitationis diuiſio ſm Platonem. 80.d.f
Exercitatio vtiliſſima quæ ſit ex Gal. ſententia

tentia 185.b
Exercitationis dfiæ vnde ſumantur. 189 c
Exercitationes opportune factę multorum errores corrigere poſſunt. 18.c. & multa bona præſtare. 194.d. 197.a
Exercitationis opiniones tres apud antiquos fuerunt, & quæ 191.a
Exercitationem omnem Eraſiſtratus ad ſanitatem inutilem iudicauit 191.b
Exercitatio concoctionem impedit ex Eraſiſtrati ſententia ibidem
Exercitatio natiuum calorem, & humidū lędit, Eraſiſtrati ſententia, & per conſequens ſanitatem conſumit ibidem
Exercitationis neceſſitas, & vtilitas. 192.d.e
Exercitatio corporis habitū cōſeruat. 192.e
Exercitatio laborē coniunctū habet. 193.b
Exercitatio calorem naturalē auget, vnde fit, vt ipſe mediocritatē tranſeat. 194.d
Exercitatio ſupfluos humores ꝓſumit. ibi.
Exercitatio cunctis hominibus indifferenter cōuenit ſecundum quoſdam. 195.b
Exercitationibus homines naturaliter inclinantur ibid. & 196.f
Exercitatio ſanitatem præſtat ibidem
Exercitatio excrementa expellit è corpore ibidem
Exercitatio cunctis ante cibi ſumptionem conuenit 195.c. 196.e
Exercitatio quoſdam lædit, quoſdam iuuat. 196.f
Exercitatio aſſuetis conuenit, non autem inaſſuetis ſecundum quoſdam 198.d
Exercitationum tres ſunt primæ differentiæ 200.e. 136.f
Exercitatio præparatoria ſecundum Gale. quæ ſit ibidem
Exercitatione præparatoria quādo, & quomodo vti debemus 200.f
Exercitatio curatiua quæ ſit, & quando ea vti debemus ibidem. & 137.b
Exercitatio ſimplex quæ ſit, & eius ſpecies 201.a. 137.b
Exercitatio eorum, qui vitam temperatam degunt, quanta eſſe debeat ibidem
Exercitatio ꝓprie dicta ſpēs habet. 201.f
Exercitationes poſſunt morbos in quantitate auferre 207.c
Exercitatio ſecundum Hip. per additionem fieri debet 209.c
Exercitatio bonum habitum inducit, & ſanitatem conſeruat 211.c
Exercitatio nulla debet eſſe aut violenta, aut immodica 212.e
Exercitat. à qb⁹ vitari dēant. 211.c. & infra
Exercitatio omnis in loco ſalubri fieri debet 219.b
Exercentes ſe ſub ſole magis incaleſcunt quieſcentes, quàm qui mouentur, & qua de cauſa ibidem
Excrementa in hyeme cur pauca generentur 221.b
Exercitatio ex medicorum ſententia ſemper ante cibum à ſanis fieri debet. 222.d 226.d. 267.c
Exercitatio ante cibum duplicem vtilitatem affert 222.f
Exercitandi tria debent obſeruare 223.a
Exercitationis factę poſt cibum nocumēta quæ ſint 222.f. 268.d
Exercitatio non debet fieri vbi ſtomachus eſt valde vacuus, & qua de cauſa. 223.b
Exercitati ſtatim poſt exercitationem nullum cibum aut potum debent ſumere: & qua de cauſa 223.c. & infra
Exercitationis terminus duplex eſt 227.b
Exercitatio duo requirit, membrorum robur, & caloris augmentum 227.c.
Exercitationes conſuetæ in ſenectute congruunt 228.d
Exercitatione laſſitudo ſemper eſt vitanda 228.e
Exercitatiōis termin⁹ eſt famis ſenſus. ibid.
Exercitationis exceſſum laudat Ariſto. magis, quam defectū in cibo ecōtra. 230.f
Exercitatio Socratis ſenis quāta eſſet. ibid.
Exercitatio virorū quāta eſſe debet. ibid.
Exercitatio puerorū quāta eſſe debet. ibid.
Exercitatio fortium hominum quāta eſſe debeat, & debilium ibidem
Exercitatio ſenum minor eſſe debet quàm, cùm iuuenes eſſent ibidem
Exercitatio hyeme facta citra ſudorem fieri debet 229.a
Exercitatio vere facta vſq; ad ſudorem fieri debet ibidem
Exercitatio Autumno facta minor eſſe debet ea, quæ æſtate fit ibidem
Exercitatio inaſſuetorum quæ, & quanta eſſet debet 230.e
Exercitatio immodica oībus nocet. 230.e
Exercitationis immodicæ ſigna. ibidem
Exercitationem iuuenes quando debeant incipere 231.c
Exercitationi peragendæ qui modus eſt adhibendus ibidem
Exercitationem viri quando debeant incipere ibidem

Exercitationem antequam inciperent antiqui quid nam facerent ibid.
Exercitationem ſtatim poſt cibum nemo debet incipere 232.f
Exercitatio prius remiſſe ac debiliter inciꝑi debet, deinde paulatim augeri. 233.a
Exercitationis particularis cognitio, ſine vniuerſali cognitione, nullam affert vtilitatem, & contrà 234.e
Exercitati ſtatim poſt exercitationem veſtes madefactas debent deponere, & in loco tepido & temperato 233.b
Exercitationem antequam quis incipiat, quid nam facere debeat 233.a
Exercitati non ſtatim poſt exercitationem debent quieſcere, nec cibum aut potum ſumere 233.b.c
Exercitationis modus & ordo totus quis nam ſit ibid.
Exercitatio incontinentium quæ nam eſſe debeat 229.b
Exercitationis mos apud antiquos diuerſus fuit ab eo, qui nunc eſt in vſu. 238.d
Exercitatione præparatoria multi poſt coitū meridianū qua de cā vterent, 237.a
Exercitatio cū puluere qd operetur. 238.a
Exercitatio cū oleo facta qd efficiat. 236.c
Exercitationes multæ oculorum acumini obſunt. 238.e
Exercitatio magna, vehemens, remiſſa & aliæ à quantitate ſumptæ, quid in noſtro corpore agant. 238.e.f
Exercitatio fieri nō debet niſi poſt cibi coctionem 241.b
Exercitationes quæ nā quib⁹ temporib⁹ ex Hip ſentētia fieri debeāt. 246.f. & 247.a
Exercitatio capite inclinato facta quos lędat 290 e
Exilitio ſaltus ſpecies curſui aſſimilatur. & eius effectus 254.c

F

FAbularum recitatores vocis exercitationi operam dabant 157.a
Factionū ſtudioſi homines equorum ſuæ factionis ſtercora odorabant, & qua de cauſa 168.e
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ ibid. Vnde ſint ortæ. 169.a
Febre acuta laborātes ab omni motu ſunt remouendi ex Gal. ſententia. 206.d
Febres ſæpe contingunt, quia conſuetæ exercitationes dimittuntur 212.f
Fertorium quid eſſet 175.a
Flauius Veſpaſianus dicebat, Imperatorem ſtantem mori debere 139.e
Fletus nocumenta 288.f
Fluxionem in dentes, gingiuas, columellam, aut in totum caput patientes luctā debent omnino vitare 246.c
Fœtus humanus in vtero matris pauciorib⁹ ligamentis detinetur, quam fœtus irrationalis, & qua de cauſa 254.d
Follis pila quæ nā eſſet. 88.f. vtilitas. 242 f
Fornacatores in gymnaſijs qd agerēt. 64.d
Foſſio eſt exercitatio & opus 202.f
Foſſores qua de cauſa à victu inordinato, & prauo non lædantur. 229.b
Frigida lauatio in palæſtra vbi nam erat. 20 f. 39.c
Frigida lauatione cur vterentur poſt calidam 44
Frigidariū in palęſtra vbi nā erat. 20.f. 39.c
Frigidum quodcunque ſtatim poſt exercitationem ſumptum, iccur, ventrem & alias partes lædit 233.c
Frigus nimiū qd in nra corpora agat. 220.c
Funambuli 148
Fundę inuentores Phęrices fuerunt. 129.a
Fuchſij error 87.a

G

GAle. anno ætatis ſuæ 30. luxationem ſummi humeri in palæſtra paſſus eſt 26.e
Gal. tpe in palæſtra pueri exercebant. 29.a
Gal. tempore omnes homines quotidie lauabantur 30.e
Gal. paulo poſt Senecam & Plutarchum floruit. 44.d
Gal. gladiatorum medicus à Pon. ſuæ ciuitatis fuit electus 142.f
Gal. vt ſe exerceret, ligna frangebat, & hordeum in pila tundebat 203.b
Gale. obeſum corpus veloci curſu curauit 213.a
Gal. patria temperata fuit 216.c
Gal. iudicat radios ſolis magnas capitibus humanis noxas afferre 266.e
Gallica lues noſtris temporibus apparuit, priſcis ignota 5.a
Galli venatores helleboro ſagittas inficiebant 188.d
Genibus infirmis deambulatio per accliue facta nocet. & qua re ex Ariſtot. ſententia 263.c
Genitalia membra flatibus oppreſſa lucta ſanat 245.a
Germanicus Tyberij Imp. nepos qua cauſa equitatione vteretur. 170.c. 292.f

Germanicus equitationis beneficio à crurũ tenuitate fuit liberatus 208 d
Geſtationis multę ſunt ſpecies 295.b
Geſtatio eſt debilis exercitatio, quibus conueniat, & aduerſetur ibidem.c
Geſtatione in quibus morbis curandis Aſclepiades vteretur 295.c & infra
Geſtatio in mari perturbato omnino eſt fugienda ibidem
Geſtatio in mari tranquillo facta quid efficiat ibidem
Geſtatio ſine additione accepta quomodo ab authoribus capiatur 297.a
Geſtatio vehiculo facta quibus conueniat, & quibus non conueniat ibidem
Geſtatione in quibus morbis cũdis Gal. vteretur 297.c & infra
Geſtatio morbis diuturnis prodeſt ibid.
Geſtatione ſella, & lectica facta ęgri vti poſſunt morbo iam inclinante 300.e
Geſtationis in alto mari factæ effectus. 302.f
Gymnaſia nullus antiquorum ſcriptorũ ſufficienter tractauit 7.a
Gymnaſia quæ nam fuerint 17.b
Gymnaſia quare, & à quibus primùm ſint inuenta ibidem c
Gymnaſia diebus feſtiuis magis frequentata erant, & quare 27.a
Gymnaſiũ cur antiqui Tiberi propinquũ effecerint 46.f
Gymnaſtica quid ſit, & quotuplex ſit 8.e 202.e
Gymnaſtica ad medicum pertinet 8 f
Gymnaſtica ad ſanitatem multa bona, & commoda affert ibidem
Gymnaſtica quo à Pedotribica differat 7.b
Gymnaſtica vnde ſit dicta 16.d
Gymnaſtica ars apud grẽcos ſolùm in vſu fuit, & quo tempore ad Romanos acceſſit 16.e f
Gymnaſtica proprios habuit authores, quorum opera fuit illuſtrata 59.c
Gymnaſiarchus quid nam eſſet 60.d
Gymnaſticę artis effectus 66.d e
Gymnaſticæ bellicæ finis 66.e
Gymnaſtica vitioſa quæ ſit 16. e 66. d a Galeno vituperata 69.b
Gymnaſtica medica ſaltationes non reſpuit 83.b
Gymnaſticæ duo ſunt genera, & quæ 82.d 170. f
Gymnaſticam & medicinã contrarias eſſe cur dixerit Hipp. 8 f
Gymnaſtica principaliter circa ſanitatis cõſeruationem, conſequenter verò circa ſanitatis curationem verſatur 235.c
Gymnaſtes qui nã eſſet & eius onus. 62.b.
Gladiatores apud Romanos qui eſſent, & eorum abſurdi mores 141.e f
Gladiatores diuerſi ab athletis. 70.f
Gladiatores vſq; ad mortem intrepide pugnabant 143 a
Gladiatores hordearij vocabantur, & quare ibidem
Gladiatores ſanguinem ex vulneribus aduerſari, bibebãt & quare. ibid 275.b e
Gladiatores poſt pugnam cinerem pro medella potabant ibid.
Gladiatorũ deteſtatio ex D. Cypriano ibi.
Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur ibid. c
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus fuerint ibidem e
Gladiatores Lentulus alebat Captæ. ibid.
Gladiator eximius fuit Com. Imp. 144 d
Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi ibidem
Glacus caryſtius pugillator excellentiſsimus 108. e 144 f
Graciles quiete vti debent 231.b
Gulielmus Choulus de antiquorum exercitationibus ſcripſit 29.a
Gulielmus Chouius errauit exiſtimans diſcum eſſe pilam rotundã in medio perforatam 126.d.145.b
Gordianus Iunior Imp. Thermas ęſtiuas fecit 216.f

H

Habitus corporis in exercitationem conſiderandus 213 a
Hadrianus Imp. lauabat, vbi & plebs. 16.f
Hadrianus Imp. cursũ Nemiacis & Iſthmiciis certaminibus reſtituit 115.c
Had. Imp. lege ſanciuit, vt milites in menſe ambulatum educerentur 115.c
Halteres quale inſtrumentum fuerit, ex Otibaſij ſententia 126. e. eius vtilitas, & damnum 256.d & infra
Haltere loco purgationis & phlebotomię fieri aliquãdo põt, ſi qd impediat. 256.e
Haltere antiquorũ etſi nos caremus, loco tamen ipſius aliis inſtrumentis vti poſſumus, & ijdem effectus ſequentur. ibid.
Halteriſtarum imagines 127
Hęmorrhoidas ſaltus prouocat 255.b
Harpocræ liberto Claudius Imp. conceſſit, vt per vrbem lectica veheretur 174.f

Heliogabalus Imp. quibus piſcinis lauaba tur 39.c
Heliogabalus Imp balnea viris ac mulie ribus promiſcua exſtruxit 50.d
Heliogabalus Imp. lectos argenteos ha buit 58.d
Heliogabalus Imperat. curribus animalia monſtruoſa, & aliquando fœminas nu das iunxit 171.b
Heliogabalus Imper. Naumachias in eu ripis vino plenis exhibuit 180.c
Hepatica affectio quædam in Melonijs ap paruit, quę miros effectus pariebat, ea la borantibus 5.a
Hercules inuexit morem tegendi puden da in certaminibus 76.c
Hermeum quis locus fuerit 18.f.
Heruia laborantes recti ſtare vtent 269.b
Hernia quomodo generetur ibidem
Herodicus Selymbrianus poſt | Aeſcula pium artem medicam multum auxit & illuſtrauit 2.d
Hydropiſim lucta, vel paleſtra Oribaſius curabat. 245.a Cœli. Aure. vociferatio ne 281.c
Hydropici continuis exercitationibus ex ſententia Theodori Priſciani curari poſ ſunt. 148.d itemq; curſu. 250.c. & voci feratione. Cæl. autho. 281.c
Hydropicis vociferatio prodeſt 281.c
Hydropicos geſtatione Aetius curabat. 298.e
Hydropici Tral. ſententia lectica vti poſ ſunt, & qua de cauſa 299 a
Hydropicis maritima natatio pdeſt 304.d
Hyeme minus, eſtate plus exerceri debere quidam iudicauerunt, & qua de cauſa. 2 1 b c
Hippoc. duas medicinę partes curatiuam, & preſeruatiuã ad ſummũ perfecit 5.a
Hippoc. tempore balnea publica aut priua ta rara erant ędificata 38.c
Hipp. præceptum de ſanitate tuenda 74.c
Hipp. voluit oĩa fieri ἐκ προσαγωγῆς 114.d
Hippoc. ſententia de homine comedente, & non laborante 192.f
Hipp patria temperata fuit 216.c
Hippo iudicat, ſolis radios capitibus hu manis magnas noxas afferre 266 c
Hipp. Herodici Selymbriani diſcipulus artem medicam illuſtrauit 2.d.4.d
Hippolytus venatione vtebatur, vt virgi nitatem conſeruaret 307.b
Hypocauſtũ & laconicũ nõ idẽ fuerũt 41 f
Hypocauſtum balneo ſeruiebat 43.b
Hiſtriones vocis exercitationi operam da bant 157.a
Hiſtriones infibulabantur. & quare 157.c
Homeri tempore Gymnaſtica ars princi pium quoddam habuit 13.c
Homines naſci propenſos ad muſicam, & Gymnaſticã quõ cognoſcit 13.c. 80.d
Hoĩes cuiuſcunq; ętatis illas exercitatio nes vitare debent, à quibus lędunt 211.b
Homines cur aliqui ſedendo macreſcunt aliqui pingueſcunt 214 e.f
Homines excrementoſi & calida temperie prædíti ſedendo pingueſcunt ibidem
Homines excrementoſi & frigida temperie prędíti ſedendo macreſcunt ibidem
Homines, qui ante cibos, & ordinate ſe exercẽt, non indigẽt ita exquiſita victus ratione, vt illi, qui non ſe exercẽt 215.a
Homines ignari, dũ legere incipiunt, cur ſomno capiantur 286.d
Hoĩes excellentes, dum legunt, ſomno nõ capiuntur, & qua de cauſa ibidem
Homo comedens, & non laborans ſanus viuere non poteſt 192 f. 214.d
Hora, qua ſani homines cibum ſumere de bent, quę nam ſit 221.c
Horę diei Romę quomodo, authore Mar tiali, diſpenſarentur. & quomodo au thore Horatio. 224.f & infra
Horarum cõſideratio ab antiquis, Gal. au thore quomodo fieret 216 c
Hordeum militibus, qui parum proficiſ ſent, pro frumento dabatur 11.c
Humidum naturale à ſuperfluitatibus tur batur, & inficitur 194.d
Humores crudos in ſtomacho aggregatos ſaltatio diſsipat 240.d

I

Iacobus ob neruum latum inter luctan dum leſum, in poſterum ab eſu neruo rum abſtinuit 145
Iaculationis ſpecies duas fecit Plato 119 c
Iaculationis inſtrumentorũ inuẽtor 131.b
Iaculorum inuentor quis fuerit. ibid.
Ianitores in gymnaſijs quid agerent 64 d
Ianus Cornarius Platonẽ latinũ fecit 217 b
Idterici oĩs ſapores amaros iudicant 262 f
Iecoroſos natatio maritima iuuat 304.e
Imitationis ſpecies ſecundum Ariſt. 96.e
Impuberes ſingulari certamine certabant. 144.c
In autumno hora veſpertina cibus ſumi debet, & qua de cauſa 224.c

In balneis ædificandis quanta fuerit priua torum hominum diligentia 38.f
Incubonè multi Romæ aliqñ piere. 296.e
In gymnasia varia hominum genera conueniebant 19.b.25.a
In hyeme hora vespertina cibus sumi debet, & qua de causa. 224.e
In morbis intermittentib⁹ motiones aliqñ sunt vtiles ex Hip. & Arist. snia. 206.e
Insanientibus in morbi declinatione musicus cantus subuenit 283.c
Insolatione antiqui multis modis vtebantur 271.b
Intemperantia multa morborum genera hominibus attulit 1.b.4.d
Intemperies est duplex 204.f
In vere hora meridiana cibus sumi debet, & qua de causa 224.e
Ioānes quomodo recumberet supra pectus Domini 54.e
Ioannes Baptista Rhamnusius 54.c
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.c
Ira corpus sanum conseruat 7.a
Ischiadicos cursus liberat 250.f
Isthmici ludi in isthmo agebantur. 15.b
Iudicur à neruorū esu abstinerēt. 245.b
Iulianus quidam sanguinem cuomēs quo modo oraculo monstrante fuerit sanus factus 3.b
Iuliani Imperat. priuilegium medicis concessum 5.c. & infra
Iuuenes oībus ferè motib⁹ sunt apti. 212.f
Iuuenes, si plus consueto laborent, conuulsionibus fortibus magis quàm senes tentantur 212.f

L

LAbor nimius pallorem inducit. & qua de causa 74.f
Labor ex Erasistrati sententia est naturæ nostræ inimicus, & iucunditatem à sanis aufert 191.c
Laboribus inassuetos aliquando exercere debemus, & qua de causa. 199.a. 230.d
Labores moderati quibus nam corporib⁹ conueniant 215.b
Labores vehementes quibus nam corporibus conueniant ibidem
Lacedęmonij venatione se exercebāt. 187.c
Lacedæmonas damnat Aristot. quòd pueros nimijs laboribus affligebant. 228.f
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pix inferretur 64.d
Laconicum & tepidarium non sunt idem apud Vitruuium. 41.b
Laconicum & hypo caustum non idem fuerunt 42.f
Lambinus fallitur 54.d
Languidis vociferatio succurrit 281.c
Lassitudo qua ratione articulorum morbo laborantibus obsit 262.d
Lecti apud antiquos varij erant 58.b
Lectus fulcra mobilia habens quid sit. 176.e. 301.b
Lectis pensilibus pro ægrorum exercitijs antiqui medici vtebantur. 176.d. quid essent, & quomodo fierent 300.f
Lectis pensilibus, Celso authore, quando vti debemus ibidem
Lectis pensilibus gestatio facta tam ante cibum, quàm à cibo prodest ibidem
Lectica qua re est inuenta. 173.b. 175.a. & quot numero serui eā portarent. 173.c. & infra. eius vsus. 198.f. & 299.b
Lectica per vrbem gestari libertis erat vetitum 174.f
Lectica nostra cui antiquorum sellæ correspondeat 175.a
Lectica in languētibus antiqui medici vtebantur 175.b.299.b
Lectica à sella differebat 175.c. & 299.b
Lectica multi vs⁹ apud antiquos fuit. 298.e
Lectica, in ea sedētes, q nā vti possint. 299.b
Lecticli pensilis agitatio quandiu fieri debeat 177.b
Lectionis species, & earum ad sanitatem vsus 285.a
Lectio quomodo fieri debeat 285.c
Lectione remissa post ciborum sumptionem vti possumus ibid. & infra
Lenti labores quibusnam corporibus cōueniant 215.b
Lethargica febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a
Leucophlegmatia corpus totum deturpat 207.b
Liberati à morbo, quid sibi auxilio fuerit, tabellulis notabant, ac templo Apollinis dicabant 2.d
Libarij in Gymnasijs liba vēdebant. 64.c
Libertis erat interdictum quo minus per vrbem lectica veherentur 174.f
Liber de insomnijs est Hippocrati adscriptus, & qua rōne hoc cognoscat. 263.e
Lycæum Aristotelis 18.e
Lycurgus decreto vetuit, ne quis manib⁹ in altum sublatis exercitaretur 149.c
Lycurgus iussit virginū corpora luctationibus, cursib⁹, & hmōi alijs exerceri. 246.a

Lienosos, natatio maritima iuuat 304 e
Loca ad Septentrionẽ & Orientẽ spectãtia sunt salubriora ijs, q̃ ad Meridiẽ & Occasum spectant, & qua de cã ibi. & 216.e
Loca prope paludes, & stagna, & huiusmodi alia sunt mala 218.f
Loca prope mare ad Meridiem, vel Occidentem spectantia sunt mala ibidem
Loci ad exercendum apti sunt tres conditiones. & quę ibidem & 216.f
Locorum vis quantum possit 215.c
Locus, vbi vocis exercitatio fiebat, qualis esset 158.e
Locus, in quo exerceri debẽt hoĩes, hyeme calidus, æstate frigidus esse debet 219.b
Locus consularis in Triclinio quis 54.c
Locutio est debilis exercitatio, quibus conueniat, eiꝰ vtilitas, & nocumẽta 286.e.f
Longa ãbulatio humiditates exiccat 262.e
Longus funis quid sit Cœlio Aureliano 165.a.178.f
Lotiones corpus sanum conseruant 7.a
Lucius q̃dã lateris dolore laborans, quõ oraculo monẽte fuerit illo liberatus 3.a
Ludi oẽs antiquorũ cur sint instituti 10.f
Ludorum exercitatoribus quis honor daretur 11.b
Ludũ cur Iter athleticas exercitationes enumerauerit huius operis author 88.d
Ludi Baccho dicati ἀσκώλια dicti 121.a
Ludi matutini qui essent, & qui magni 64.c. & 65.a
Ludorũ victores qũo honorarentur 15.b.c
Luctæ præfectus, & eius onus 60.f
Lucta fines tres habuit 105.a. quatuor modis fieri potest 244.e.f
Luctatoriæ artis auctores, qui fuerint 105.a. 115.c
Luctam Gal. artis gymnasticę minimam partẽ esse iudicauit. 102.f. eius apud antiquos magnus vsus fuit 244.d
Luctam nostro tempore exercent rustici, quomodo apud antiquos athletę exercebant 244.e
Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præstet 241.f
Lucta habẽtibus crura debilia nocet 245.c
Lucta qua ratione pectori nocet 245.c
Lucta remisse facta qd corpori pstet 244.f
Lucta super pauimento facta quam corpori vtilitatem afferat 246.a
Lusta in puluere facta carnis plenitudinẽ remouet 246.d
Lucta ex sententia Galen. est perq̃ exigua pars Gymnasticæ medicę 246.f. 248.a
Luctator qui sit ex Aristotelis sniã 70.d
Luctatores quid nã agerent, antequam luctarentur 102.e
Luctatores vocabantur veri athletę secundum Galenum 108.f
Luctatorum imago 104.a
Lugentibus, varius sermo succurrit 283.b
Lumbis malè affectis lucta nocet 245.c
Lumbos discus corroborat 257.c

M

MAchaon venatione summopere delectabatur 185.c
Magni Põpeij post ætatẽ hoĩes toto corpore ac singulis diebꝰ lauari cœperũt 50.e
Manuum gesticulatio ad sanitatem cõseruandam conducit 100.f
Manucodiata auis carens pedibus semper in aere permanet, nec in terrã nisi mortua cadit 137.b
Manuũ gesticulatio hũores attenuat 140.d
Marcus Aurelius Asclepiades, & eius laus. 60.e.f
M. Aurelius Antoni. Imper. balnea virorum, ac mulierum separauit 50.d
Marcus Antoninus Imper. valetudinis ſtudiosissimus quid ante cibi sumptionem ageret & qua hora cibũ sumeret 224.e.f
Marcus Tul. ſtomacho laborans exercitationibus opportunis conualuit 190.e
Marcia fons haustu erat iucũdissima 50.f
Mare est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Mare insignem salubritatem quare efficiat 179.b. 302.d
Maria Magdalena quomodo ſtaret retro pedes Christi cœnantis 54.f
Marina aqua maiora pondera, quàm dulcis sustinet, & qua de causa 184.f
Marius varicibus laborabat, & qua de causa 269.c
Marsilij Ficini error in Platonis translatione 18.d. & 217.b
Martialis exercitia dum ruri moraret 203.c
Materia, qua lauabant, quę nam esset 39.a
Mecœnas Mesius triennio siluit, & qua de causa 286.f
Medea secundum Diogenem sapiens fuit, non venefica, & quomodo 8.e
Medicinæ quando opus non erat 1.b
Medicinæ partes, cùm sint diuersæ, diuersa etiam nomina sortiq̃ sunt 5.b
Medicus quomodo corpus humanum consideret 12.e

Medicus eſt artifex res ſenſatas tractans 212.d
Medicamenta quoſdam iuuant, quoſdam lædunt 196.e
Mediaſtini in balneis qd facerẽt 30. e. 63 a
Melancholicos lucta Theodorus Priſcianus curabat 245.a
Melancholici, dum legere incipiunt, cur ſomno capiantur 186.d
Melancholiam Theodorus Priſcianus, & Areteus geſtatione curabant 296.f
Melchior Guilandinus Laud. 19. c
Membra corporis per exercitationẽ robur & firmitatem acquirunt 191.e. 194.d
Menſę apud antiquos prope balneũ erant ſitæ, & qua ratione 56.d
Menſę & lecti ſimul apud antiquos parabantur 56.f
Menſtrua ſanitatem corrumpunt 48.f
Menſtrua ſaltus euocat. 254.f.& deambulatio 260.f 263.a
Mentagra ægritudo Plinij ætate nobis innotuit 4.f
Meſſores qua de cauſa à victu inordinato & prauo non lædantur 219.b
Methodi vniuerſales ex Gal. ſententia niſi particularibus ſpeculationibus iungantur parum iuuant 189.b
Militaris diſciplinę cupidi gymnaſia ingrediebantur 26.e
Milo Crotoniata vir robuſtiſſimus. 67.a quantum comederet. 73.b.quo robur oſtenderet 138.e. 150.d. 277.e
Mecœnas primus natatoria calidarũ aquarum in vrbe conſtruxit 184.e
Moderati labores quibus nam corporibus conueniant 215.b
Morbi quo tempore non vigebant 1.a
Morborum tria ſunt genera, & quæ 104.e
Morbus in intemperie, & eius ſpecies ibid.
Morbus in mala partium formatione qui fit, & quomodo fiat 204.f
Motus intempeſtiuus concoctionem corrumpit 193.a
Motus omnis moderatus cunctis corporibus conuenit 212.f
Motus interciſus minorem laſſitudinem membris affert, & qua de cauſa 237.c
Mortui in gymnaſijs apud antiquos ſepeliebantur 18.f
Mulieres poſt Hip. ętatẽ podagra propter malam victus rationem laborare cœperunt 4.e
Mulieres apud ãtiquos nõ accũbebãt 53.c
Mulieres cum viris quo tempore accumbere cœperunt ibidem
Mulieres modo a viris diuerſo accumbebãt 54.d
Mulieres frequentiſſimę ſaltationi dabant operam 101.b
Mulieres lacenæ quo ſaltu vterẽtur & 97. c. 118.e
Mulieres quęnam vitam magis ſanam & minus moleſtam degunt 215.b
Mulieres quæ nam faciliter pariunt ibi.
Mulierem prægnantem lędit ſaltatio 240. c. 254.d
Mulieribus prægnantibus pica obſeſsis vociferatio prodeſt 281.c
Mulieribus parturientibus vociferatio prodeſt ex Alexandri ſententia 281.c
Muſicam Plato Gymnaſticę contrariã eſſe dicit 160.d

N

Natationẽ curſui cõparat Ariſ. 183.b
Natatio ſemper in honore apud veteres fuit 182.e. 303.b
Natationis locus quid ſit 183.e. & 184.f. eius ſpecies 303
Natatio quibuſdã ægritudinibus ex Antylli ſnĩa, & Gale. conuenit 183.a. 184.e.
Nataturi quid agere debent, antequã natent 183.b
Natatio ĩter exercitationes numerat 183.a
Natationem cur antiqui addiſcerent ibidẽ 185.a. 303.b
Natatio ĩ fluuio facta ſomnũ iducit 303.e
Natationem in aquis ſponte naſcentibus factam Antyllus improbat 303.e
Natatio perniciоſiſſima quæ ſit 304.d
Natatio ſub Dio facta quid operet 304.e
Natatio facilius in mari quàm in fluuijs fit Ariſt. authore ibidem
Natatio calida indurata emollit, & frigefacta calefacit & eius nocumenta 304.f
Natatio frigida calorem naturalẽ validẽ efficit, & concoctionem adiuuat ibidem
Natatione frequenti, ſi quis vtatur, nerui lædũtur 305.a
Naturæ calidæ ſecundum Hip. quieſcere debent 196.f
Naturæ hominum adeo diuerſæ ſunt, vt nemo alteri prorſus ſit ſimilis 196.e
Natura corporibus noſtris meatus multos cur dederit 192.e
Naturis calidis quies conuenit 206.f
Nauigatio an ſit exercitatio 78.f
Nauigatio quibus morbis autore Auicen. proſit

prosit 302.f.179.b
Nauigationis modus valetudinarijs cõueniens qui sit ex Herodoti sentẽtia 179.c
Nauigationis species sunt multę, & quæ. &179.c.301.c
Nauigatio per flumen facta minus perturbat, quàm quæ per mare, & quare quibusdam morbis conueniat 180.d
Nauigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur 179.a
Nauigatio corpus mouet, & perturbat ibi. & quare 180.d
Nauigatione quinam vtantur ibidem
Nauigantes sunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de causa 181.e
Nauigatione sanus factus est Anneus Gallio sanguinem expuens 179 b. & 302.e
Naumachiæ cur à Pop. Ro. sint institutæ. 180.e
Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15.b
Nephretici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 299.a
Nephriticis nauigatio maritima prodest. 301.a
Nero Imp. gymnasia quandoq; ingrediebatur, vt athletas certantes videret 26.e
Nero Imp. musicũ certamẽ instituit 158.e
Nero Impe. in lectica cum matre quandoque vehebatur 299.c
Nero lamina pectori imposita sub ea cantica exclamabat 160.d
Nicomachus smyrnæus valde crassus qua via ab Aesculapio sit curatus à nimia illa crasitie 207.c
Numa secundum Plutar. voluit adorationes sedendo fieri 139.b
Numerus exprimit rerũ similitudines. 96.d

O

OCuli lachrymantes læduntur saltatione 240.c
Oculi lippiẽtes, & lachrymosi à quantumuis minimo motu lęduntur, quiete verò recreantur 243.a.b
Oculorum circũuolutiones vertigines pariunt 242.d
Octauius Pantagathus vir doctissimus Vitruuij contextum de palęstra emendauit 19.c. & infra
Oleum est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Olympici ludi Pisis agebantur 15.b
Onera portantes, si cantent, minus laborãt 283.b
Onuphrius Panuinus Veronensis de ludis diligentissime scripsit 11.b
Ophthalmiæ lucta nocet 246.c
Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aetius gestatione curabant 298.d
Orchestica tertia saltatorię species in plures partes diuiditur 82.f.240.d
Orthopnoicos vociferatio iuuat 281.c
Orpheus vt Deus ab Alexan. Se. colebatur 181.d
Os clausum cõtinere sitim extinguit. 286.f
Oscellæ 163.b
Otiũ corporis habitum destruit 192.f.197.c
Otium pernicioſum est & qua de causa 199.c. & infra

P

PAlæstra Mercurij filia pudendos locos obtegendi cõsuetudinem inter mulieres, quę exercebantur, inuenit 76.e
Palæstra quid sit 17.c
Palæstræ descriptio secundum Vitruuiũ, ac eius partes 20.e.f
Palæstrę nomẽ quid significet. 35.a.102.d. 244.f
Palæstra multas sub se habuit species 102.d
Palæstrę nomen vnde sit dictũ 102.f. & infra
Palęstra stomachũ frigidis morbis oppressum liberat. Cęl. Aureliano authore 245 a.248.e
Paleã hordeaceã quidã vrinę difficultate laborans per multum tempus, minxit 4.f
Panathenaicum quis locus fuerit 18.f
Pancratiastes quis sit ex Aristo. snia 70.d
Pancratiũ duplex erat 105.c.109.a.b.244.f
Pancratiastes vocabantur veri athletæ secundum Gal. 108.f
Pancratio Gal. plurimos sanitati restituit 110.d.248.d
Pancratij volutatorij imago 106
Paralyticis natatio in aquis spõte nascentibus facta Cęl. Aurel. authore prodest, & etiam in marinis aquis 303.c
Partibus infernis ab alimento nutrimentũ non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodest 263.a
Paruę pilæ lusores quo se haberent 85.c
Paullus Manutius vir doctissimus, & eloquentissimus 178.d
Paullus Rhãnusius vir opt. & doctiss. 54.b
Paullo Rhãnusio multũ debẽt studiosi ob accũbendi formam monstratã in marmore antiquissimo 54.c
Pauli Aeginetæ sententia de coitu opponitur Gal. & Aetio 237.a
Pectoris dolore diuturno laborantibus vociferatio

ciferatio ſubuenit 281.c
Pectoris affectionibus curandis geſtatione Actius vtebatur 298.e
Pedes debiles & male tutos ſaltatio firmat 240.c
Pædotriba ſm Platonem quis eſſet 62.d
Periſtylia in palæſtris quonam pacto fiebant 20.c
Periſtylij interioris ambitus cui curſui inſeruiret 116.f
Peritonęum debile habentes ſpiritu retento læduntur 280.d
Perſę victus rationem, & exercitationem diligenter profitebantur 195.a
Perſis labores corporis Cyrus inſtituit ante cibi ſumptionem, & quare 8.d
Petauriſtę vnde dicantur 163.b
Petaurum quam haberet figuram 162.f
Petrõas ęgra corpa exerceri iudicabat 105.b
Petrus Victorius nrę ętatis ornamẽtũ. 114
Potulenta tũ cibi tum remedij cauſa ęgrotis exhibentur 6.f
Phenindа quid & vnde dicatur 84.f
Phœbus diſco Hyacinthũ interfecit 126.e
Philagrius medicus profluuium ſeminis exercitatione partium ſuperiorum curabat. 247 c. curſu Antyllus 290.f
Philander in ſuis in Vitruuiũ cõmẽtarijs oſtẽdit antiquos in ſtratis cœnaſſe 55.a
Philoctetes dolorem, ſagittarum iaculatione lenibat 258.f
Philoſophi in palæſtras ad diſputandum conueniebant 20.c.28.e
Phonaſcia ars, & phonaſci magiſtri 158.d
Phyſicus quomodo corpus humanum cõſideret 12.c
Phryges ſuenerũt curr9 q̃tuor rotarũ 171.a
Phrynicus ob ſaltationis excellentiam ab Athenienſibus Imp. eſt electus 100.e
Phrynon dux Athenienſium pancratiaſtes fuit excellentiſsimus 110.d
Phrenetici lectis penſilibus iuuãtur, & qua de cauſa 301.a
Phthiſicis vociferatio prodeſt 281.c
Pilę paruę luſus in tres ſpecies diuiditur. 84.c.201.c
Pilę magnę luſus duas habuit ſpecies 86.d
Pilæ inanis luſus quis apud antiquos fuerit 86.d & vtilitas. 242.f
Pilæ ludorũ quatuor apud Grẽcos fuerunt genera, & quę 84.c.141.b
Pilę luſus ſecũdum latinos, & eius ſpecies. 88.c.142.e
Pila robuſtis corporibus conuenit 212.f
Pilę paruæ luſus omnes quid prẽſtarẽt vtilitatis corporibus 241.b
Pilę paruę exercitatio inter veloces motus numeratur à Gal. & Paulo 241.b
Pilę follis dictat exercitationis figura 89
Pilę magnę luſus vtilitates quę ſint. ibidem
Pila trigonalis quæ nam eſſet 91.b.
vtilitas 243.a
Pilę trigonalis figura 93
Pila paganica quæ nam eſſet 94.d. quibus conueniat 243.c
Pilamalleus quid ſit 167.a. & 290.e
eius vtilitas, & nocumenta 290.f
Pilicrepus in gymnaſijs quis eſſet, & quid ageret 63.c
Pingues quanto magis exercẽtur, tãto magis ſani ſunt. & qua de cauſa 213.a
Piſcatio nauigijs facta eſt nauigationis ſpecies 181.a
Piſcatores matini cur pilos ruffos habeant. 181.c
Piſcina pub. Romę vbi nam fuerit 184.e
Pythagoras quidam athleũs primus carnẽ exhibuit 72.f
Pythagoras voluit adorationes ſedẽdo fieri. 139.b
Pyrrhichię ſaltationis imago 98
Pittachus Mitylenę9 Phrynonẽ Atheniẽſiũ ducẽ & pãcratiaſtẽ excell. vicit, ob quam rẽ ſtatua in Prytaneo ei erecta fuit 110.d
Pythici ludi Delphis agebantur 15.b
Pituitoſi vociferatione iuuantur 281.c
Platonis ſententia de atte gymnaſtica 12.f
Plato laudat in v. de rep. vt mulieres nudæ cum viris in palęſtra exerceantur 27.c
Plato ſecũdum quoſdam athleta fuit 71.c
Plato fuit Hip. ſectator 80.e
Plato laudauit vt & pueri & virgines, & mulieres, & homines tam nudo corpore quàm armato exercerentur 116.d
Plato ſcribens ſtatum motui contrariũ nõ prorſus vera locutus eſt 138.d
Plato dicit naturas diuinas ex motu & quiete conſtare ibidem
Plauti verſus de antiquorum puerorũ moribus in palæſtra 29.b
Plinius ſcribit athletas aliquando coitu vti ſolitos 76.d
Plinius ſecundus æſtiuo tempore poſt cibũ apricabatur 140.e
Plinius ſecundus ex Veſuuij montis concremationeinterijt ibidem
Plinij capitũ librorũ catalog9 adulterin9 28.
Plinius dixit Aſclepiadem iucundũ curan-

di modum caluisse 205.c
Plinij iunioris exercitatio q̃ fuerit 222.d
Plinius maior dum voce & stomacho laboraret, lectione clara liberatus est 285.b
Plinius Cœcilius vehiculo gestabat 290.b
Plinius Romæ Sella vtebatur, vt inter eundum studijs vacaret 299.c
Plinius iunior corporis sanitatem venationi referebat 187.c.307.c
Podalirius venatione delectabatur 185.c
Podagrici saltum debent fugere 255.a
throchum 289.c
Podagricos lenes & remissa iuuat deambulatio, & vehemens lædit 261.c
Podagrici Tral. sententia lectica vti possunt & qua de causa 299.a
Posis secundum Simonidem est saltatio loquens 96.f
Pompeij magni exercitia 116.c
Pons naumachiarius quare sic vocatus sit. 180.f
Poppea Domitij Nero. vxor, quid faceret, vt cutis candorem acquireret 27.a
Porphyrius philosophus carnis vsum cur prohibuit 193.c
Porticus tres extra palæstrã quomodo disponerentur 20.f
Porticus erant partes gymnasiorum principales, & quomodo se haberent 28.e
Porticus Pompeiana ad deambulationem ædificata 134.e
Porticus in viridario Vaticano qualis sit. 135.a
Potabant veteres cornibus boum 55.b
Prædo quidam in Pamphilia homines pedibus priuabat 133.c
Prandium apud antiquos quid esset 52.f
Prasinæ factioni maxima ciuitatis pars fauebat 168.e
Prasini erant vna factio Romana ibid.
Pratinas poeta cur sit vocat⁹ saltator. 101.b
Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261.c
Præmia certatoribus cur fuerint instituta. 14.c.15.a
Priapismũ pilæ magnę lusu Tralianus curabat 141.d. atque item haltere 256.e
Prodicus ęgra corpora exerceri iudicabat. 205.b. propter quod ab Hippocrate reprehenditur 245.b
Prodicus valetudinis studiosissimus fuit. 210.c
Propnigeũ i palæstra vbi nã erat 20. f. 43.a
Propinatio iuxta veterem ritum, in conuiuio facta ex Rhamnusianelapide. 55.b
Prouerbium in harenam descendere vnde sit ortum 16.d
Prouerbium illud discum (quàm philosophũ audire malunt) vnde sit ortum 18.e
Prouerbiũ Ne q̃ras in stadio dolichũ 117.a
Prouerbium transire metam 119.b
Prouerbium cõtra eos, qui nec literas, nec natare sciebant 182.e
Prouerbiũ à mari & terra sumptum 302.e
Puer aquam præbens 56.b
Puerorũ gestatio in vlnis nutricũ est quædam ipsorum exercitatio 176.d
Pueri post Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter ingluuiem 4.e
Pueri frequentissime saltationi operam dabant 101.b
Pueri musicam Platonis, & Aristot. sententia debent addiscere 160.d
Pueri a ploratu ex Aristot. sententia prohiberi non debẽt, & qua de cã. 160.f. 288.e
Pueri Gal. tempore in aquis pueriles ludos exercebant 183.b
Pueri vsque ad vigesimum primum ętatis annum labores multos indifferenter ferre possunt 228.e
Pueris peritonęum aut scrotum spiritu retento rumpitur 280.e
Puellę sunt ex Platonis sententia in gymnastica bellica exercendæ 66.f
Puellæ pulcherrimę singulari certamine certabant 144.e
Pulmone vlcerati, inculpati viuebant in Lybia 179.c
Pugil qui sit ex Aristotelis sententia 70.d
Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vsu 107. b. sanitati parum cõfert 247.a
Pugilatores quomodo certabant 107.c
Pugilatus in gymnastica medica exiguum vsum habet 108.e
Pugiles vocabãt veri athletę ſm Gal. 108.f
Pugiles, & athletę aliquando in Deorũ numerum relati 71.a
Pugilum imago 102.b
Pulueribus in multis exercitationibus antiqui vtebantur. & qua de causa 256.d
Puluis vim habet emplasticam ex Galeni sententia 238.d
Pugilatus nocumenta, quæ sint 247.c
Pugilatus fuit paruus Lusus in gymnastica medica 248.d
Pugnę nomen plura significat 140.f
Pugna, de qua hic auctor agit, quid esset

& quot eius ſpecies ex Oribaſij ſentẽtia ibidem. & 173.a
Pugna vmbratilis quomodo fiebat. ibidẽ. 201.c
Pugna telorum quomodo fieret ibid.
Pugna ſingularis quomodo fieret ibidem
Pugnas ſingulares exercebant ſacerdotes in Pergamo Gal. tempore 142.c
Pugna aduerſus palum quinam vterentur. 145.c.173.a
Pugna vmbratilis vbi à Galeno laudetur. 146.c.173.b.
Pugna armata a Demea inuenta 146.c
Pugnas ſingulares etiam Romani exercebant 146.d. ibidem
Pugna ſingularis rudibus armis facta à Mãtinæis eſt inuenta 145.b
Puluis in vnctione quid præſtaret 33.a & 218 d. vnde portantur 34.c
Pyrrhus Ligorius antiqtatis peritiſs. 185.f
Pyrrhichiæ ſaltationes quæ fuerint, & à quo inuentæ 97.c

Q

QVadrans erat merces balneatori data 47.c
Quadrata corpora ab exercitatione quomodo iuuantur 213.a
Quadrigæ in pub. ſacris ſæpe certauerũt. 171.c
Quartana laborantes, vociferatio iuuat. 181.c
Quinquertio qui ſit ex Ariſto. ſententia. 70.d.e.
Quotidiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a

R

RAuenna Strabonis autoritate aerem ſalubrem habebat 75.a
Razis ſentẽtia de venatione 187. c. 306.c
Renes debiles lædit ſaltatio 140.f
Remediorum omnium natura eſt, vt proſint, & aliquid etiam offendant 251.a
Renibus malè affectis lucta nocet 245.c
Renum lapilli optimè ſaltatione extrudũtur 240.e 254.f
Renũ ſbecillitate, vel feruore, vel vlcere affecti ſaltum vitent. 155.a. & diſcum. 217.c
Renum inflammatione laborantes erecti ſtare non debent 269.b
Rhamnuſianus lapis, ĩ quo ſculpta eſt forma Triclinij, antiquiſſimus 56
Rhetores in palæſtras ad diſputandũ conueniebant 20.c.28.e
Reſtõe finis varia noſa fortitę ſunt 203.a
Reſoluti Tral. ſententia lectica vti poſſunt, & qua de cauſa 299.a
Reſpiratio crebratum oſcitationum eſt remedium 279.a
Reunctores in balneis qui eſſent 30 e. 63.a
Rigores ſaltatio arcet 140.d
Riſus quõ fiat, & quid efficiat 161.a. 287.b
Romani poſtremi omniũ gymnaſia ad Græcorum imitationem ſtruxerunt 18.f
Romani in balneis multo græcis laſciuiores 38.e
Romani ſuos milites & mari & terra exercebant 180 f
Romanorum mulieres Varronis teſtimonio in eodem loco cũ viris lauabantur. 48.f. oppoſitionem. 53.c
Ros vim habet colliquatiuam, & ideo bibitus gracilitatem inducit 267.a
Rotæ curruum Homeri tempore ſtãno ornabantur 171.a
Ruffus Epheſius Romæ ſub Traiano floruit 245.c
Ruſſati erant vna factio Romana 168.c

S

SAltantes pondera aliqua habebant, & quorſum 118.d
Saltatoria exercitationis ſpecies, & eius diuiſio 81.d
Saltatoria facultas in imitatione ſolo motu facta conſiſtit 96.f
Saltatio ſecundum Simonidem eſt poeſis tacens 96.f. & infra
Saltatio vera à muſica ſecundum Plutarchum deprauata eſt 97.a
Saltationis inuentor quis fuerit 97.a
Saltationum diuerſa nomina vnde ſint orta 97.c
Saltationis finis 100.d
Saltationes vbi nam fierent 101.b
Saltationem antiqui in conuiuijs exercebant 101.c
Saltatio quæq; antiquorum ordine, rõne, & proportione indigebat 239.b
Saltatio opportunè facta multas affert vtilitates, eadem inopportunè adminiſtrata multa detrimẽta homini pſtat 239. c
Saltus vtilitas, quę ſit, Vegetij ſententia. 117.c. 213.c. & infra.
Saltus, prie dictus duplici modo fit 118.f. & eius effectus 254.c 254.c
Saltus multæ ſunt ſpecies 254.c
Saltus in altum factus lædit pectus, & coxas iuuat 255.a
Saltus humores ſuperfluos euacuat, & loco purga-

purgationis ac phlebotomiæ, Gal. authore, fieri pōt, si quid sit, quod ipsam impediat ibidem
Saltus factus, manibus aliquo pōdere plenis, qd differat à saltu aliter facto 155.b
Salsūgo est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Sanguinis miſtionem Erasistratus e medicina auferebat 191.b
Sanguinis mictū aut fluxū quemlibet patientibus saltus obest. 155. & deambulatio 260.f
Sanguinis reiectio spiritu retento non curatur, & qua de causa 280.d
Sanitas in humorum æqualitate conseruatur 192 f
Sanitas eisdem remedijs & amissa recuperatur, & præsens conseruatur. Erasi. sententia. 191.c. huius falsitas 191.c
Sanitati voluptas est coniuncta 183.b
Sanitas cum aliqua molestia permanere potest ibidem
Sanitas in moderato calore naturali & cō mensurato humido conseruatur 191.c. 194.d
Sanitas quot modis consideretur 205.a
Sanitas medicamentis opportune adhibitis recuperatur 195.c
Sani homines à medicamentis multum læduntur ibidem
Sanus homo nullis legibus se obligare debet 61.c
Satyriasim lucta, Theodori Prisciani authoritate, sanat 245.a
Scabiosis, qua de causa motus vehemens conuenit 208.f
Scabiosis natatio maritima prodest 304.d
Sceltyrhis ægritudo Plinij ætate se manifestauit 4.f
Schola medicorum vbi fuerit, & quid ibi fieret 25.c
Scimpodium quid sit 177.c. & 301.a
Scythæ oēs ferè semper equitatione vtuntur 167.c
Scythæ inuenerūt currus sex rotarū 177.b
Scribonius Largus Claudij Impatoris medicus scripsit neminem vsque ad sua tēpora aquæ formidine liberatum 4.c
Scribonius Largus medicus tempore Tib. Cæs. Romæ floruit 142.f
Scrimia vulgo sic dicta quid nam apud antiquos esset 145.b
Secundas saltus educit 254.f
Sella currulis vnde sit orta 175.a
Sella duplex apud antiquos fuit 174.f
Sella portatoria quid esset 175.a
Sella à lectica differebat 175.c. & 199.b
Sella tum cooperta tum non cooperta antiqui vtebantur 199.c
Semen præcalidum emittentes, haltere, Gal. authore curantur 256.c
Seminis fluxū patiētes lędit saltatio 140. f. & deambulatio 261.a
Seneca vocat se psychrolutrem 47.c
Semitertiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 199 a
Senecæ de gestationis, & ambulationis difficultate quō sit intelligenda 196.d
Seneca aduersus miram anhelādi difficultatem gestatione in vehiculo facta vtebatur 297.b.c
Senes quonam modo secundum Gal. sententiam debeant curari 209.b
Senes vti debent laboribus consuetis 211.b
Senes pauciores & remissiores exercitationes sustinent 212.f
Senibus exercendis quatuor sunt considerāda 210.c
Senectus quid sit ex Arist. sententia. ibidē.
Sensus lucta exacuit 245.a
Septi dolore diuturno laborantes vociferatione liberantur 281.c
Sergius Orata balnea pēsilia īuenit. 177.a
Sertorius, vt rixas conuiuarum auerſaretur supinum se locauit, & iccirco facilius trucidatus est 54.a
Seuerus Impera. Scimpodio vehebatur, dū Britanniam obiret 178.d
Sicci homines vel parum, vel nihil exercerī debent, & qua de causa 213.b
Siccitas nimia exercitationes ,phibet 210 f
Silentium sitim, tussim & singultum extinguit 286.f
Silentium sanguinis reiectioni conuenit 286.16.d
Silimachus medicus fuit Hippoc. sectator 296.c
Singultus longa & concitata ambulatione comprimitur. 262.c & spiritus cohibitione. 278.f. & vociferatione. 281.f & silentio 286.f
Syracusani bis in die saturabantur 53.a
Sitis à silentio extinguitur 286.f
Socrates Epicuro aduersatur circa coitū. 237.a
Socrates ad sanitatē conseruandā & robur acquirendum saltatione exercuit 101.a
Socrates cantu se exercebat 284.c

Solon

Solon vetabat ſeruis unctiones ſiccas 32.f
Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta horatium. 54.c
Somni corpus ſanum conſeruant 7.a
Somni profundiores ijs contingunt, qui ſe exercuerunt, & qua de cauſa 193.a
Somni profundi concoctionē melioré effi ciunt, & qua de cauſa ibidem
Sōno capiunt ſæpe intēte ſpeculātes 139.a
Somnolenti cur ſint decolorati 244 d
Soranus in curādis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Soſtratus Gnidius ambulationem penſilē primus omnium Gnidi fecit 115.b
Spartanorum mulieres vna cum viris in palæſtris ſe exercebāt 17.b. & in balneis vnà cum viris lauabantur 48.e
Spaſmus cynicus curſu remouetur 250 e
Sphæriſterium gymnaſij pars quid eſſet, & quid in ipſa ageretur 36.f
Sphæriſticus qs nam eſſet, & eius onus 61.f
Sphæriſtica eſt ſaltationis ſpecies, & quid ſit & quis eam inuenerit 84.d
Spectatores ſubſellia ſibi ad ſpectandum ſe rebant 118.f
Spiratio numeroſa vnde fiat 251.c
Spiritus cohibitio quid faciat 153. a. eius ſpecies. 153.b. eius vtilitas. 278.d. quib⁹ conueniat. 179.a. eius nocumēta. ibid.b
Spiritus cohibitione inter ceteras exercitationes Athletae duabus de cauſis vtebantur 154.a
Splenis ęgritudinibus ex Aetij ſententia curſus eſt vtilis 250.d.f
Spleneticos geſtatione Theodorus Priſcianus, & Areteus curabant 296 f
Sputij apud antiquos magna infamia notabantur & à nobilium commertio extrudebantur 18.e
Spurina qua victus ratione vteretur, & exercitio 210 f. 223.c
Spurinæ ſtudiū ī ſanitate cōſeruāda 223.c
Sputa corpus exinaniunt 6.f
Stadium gymnaſij pars 52.d
Stans exercitium 146.f
Stare maiorē corpori laborē affert, quàm ambulare, & quare 137.c
Stare calcibus aut ſummis digitis innitēdo nihil niſi moleſtiam affert 272.f
Stellas deficiētes in inſomnijs vidētes quo modo ab Hippoc. curentur 253.a
Stephanio fuit iuētor togatę ſaltatiōis 83.a
Stercora corpus exinaniunt 6.f
Stomachace ægritudo Plinij ętate noſtro orbi nota facta eſt 4.f
Stomachus in coquendo debilis à ſaltatione corroboratur 140.d
Stomachum frigidis morbis oppreſſum curat curſus 250.f
Stomachicos ſpiritu retento Cæl. Aure. curabat 279 c. & voc feratione 281. c. Aſclepia geſtatione 296.f
Stomachi doloré Theodorus Priſcianus, & Aretæus geſtatione curabant ibidem
Stomachi affectionibus curādis geſtatione Aetius vtebatur 298 e
Stomacho laborantibus vnctiones exercitationes, & vociferationes commendat Galenus 281.e
Stomachicos natatio maritima iuuat. 304 e
Strigiles balneorum quid eſſent, & ex qua materia fierent 30.f
Studia corpus conſeruant ſanum 7.a
Sudores corpus exinaniunt ibid.
Sudor eſt motu prouocandus, & qua de cauſa 221.b
Sudor ſine motu prouenięs deterior eo eſt, qui à labore prouenit 233.a
Sudor qua de cauſa manus exercentibus ex Ariſto. ſententia effluat 247.c
Sudor ſiccus quis fuerit 30.f
Suetonij locus de remedio harenarum & arundinum. Auguſti, quomodo ſit intelligendus 264.f
Suffuſi oēs colores rubeos iudicant 262. f
Surditate captos Gal. Tral. & Aetius geſtatione curabant 297.c

T

TEmporis duo ſunt gña, q̄ ab authoribus medicinę naturalia noīanť 220.d
Tempus accidentale quodnam à medicis nominetur ibidem
Temporum conſtitutiones in exercitandis corporibus, quæ ſint vitandæ 220.e
Tempus nubilum & obſcurū exercitationibus eſt ineptum ibid.
Tempus ſerenum & lucidum eſt exercitationibus aptum 220.f
Tepidarium in balneo quid eſſet 40.e
Tepidarium & laconicum non ſunt idem apud Vitruuium 41.b
Tepidarij cur non meminerit Vitruuius loquens de balneis gymnaſiorum 41.d
Tetano affectos Hip. authore aqua frigida affuſa liberat 305.a
Themiſon in curandis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Themiſon medicus reprehendit, q̄ atrophia labo-

laborãtes longa ambulatione affligebat 262.c
Themiſon methodicorũ princeps coxẽdicũ dolore laborãtes equare iubebat 293.a
Theon Alexan. de athletica ſcripſit 70.c
Theſpis poeta ſaltator cur ſit vocatus 101.b
Theſſalus medicus Neronis ætate floruit 159.a
Theſſali qua de cauſa centauri ſint vocati 167.c
Tyberius Imper. ſcimpodio quandoq; vehebatur 177.c
Timonis auia duobus menſibus, ſingulis annis in cauernis latitabat 5.a
Tyrrheni ſub eodem tegumento cum mulieribus accumbebant 53.c
Tyrrheni ad tibiam pugnis certabãt 107.c
Titus Imp. lauabatur, vbi & plebs 26.f
Titus Imp. qua de cauſa ſit mortuus 47.a
Tonſillas patientibus lucta nocet 246.e
Thoracem haltere lædit. 256.f. & diſcus. 257.c
Thorax humidus ambulatione facta calcibus incumbendo ſanatur 263.a
Thorax difficulter ſpirãs deãbulatione per accliue facta iuuat ex Antylli ſnĩa 263.b
Tria erant Romę loca, vbi litterarię exercitationes fiebant, & quę 25.b
Triclinium marmoreum veteriſſimũ Patauij in ędibus Rhamnuſianis 56
Tryphon de athletica ſcripſit 71.c
Tripudia nĩa ſaltationibus antiquorũ cor reſpõdẽt & in quo ab illis differãt 239.b
Trochus græcus quomodo factus eſſet nobis eſt ignotus 162.f. & latinus ibi. & quibus conueniat 209.c
Tubi per quos circũfunderetur calor prodiens ex hypocauſto 43.a
Tubicinibus ſpiritu retento peritonęum rumpitur 280.e
Tumores laxos geſtatione Aetius curabat 298.e
Tuſis ſicca, ſpiritu retẽto, curſu nõ in puluere facto curatur ex Celſi ſnĩa 250.e
Tuſis à frigida cauſa orta ſpiritus cohibitione curatur 278.f
Tuſis à ſilentio extinguitur 286.f
Tyberius Imperator omniũ primus colis dolorem expertus 4.f

V

VAlerius aper miles cæcus quo remedio, oraculo prænunciante, fuerit à cæcitate liberatus 3.c
Valeriola rectè putat contra Fuchſium, ſolem & Corycum differre 87.a
Valetudinarij quomodo ſint exercendi 209.b. 230.d.
Vaſarium quid eſſet 43.b
Varices patientes ſaltum effugiant 255.a
Varicibus laborantes erecti ſtare non debent 269.b
Varices quomodo generentur ibi.
Variæ lectiones auctoris recognitæ, & auctæ 280.e
Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 171.a
Vehicula tota Plinij tempore auro, & argẽto erant inſignita 171.a. 297.b
Vehicula varijs rebus cooperiantur 171.b
Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel viris agebantur 171.b
Vela ad excipiendum puluerem in Triclinijs ſuſpendendi mos 54.f
Venatio non ſolùm corpus, ſed & animam delectat 185.b
Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam eſt vtilis 186.d. 186.f
Venationes tres ſunt ex Platonis ſententia 186.d
Venationis multę ſunt ſpecies 188.d
Venatio quę nam fuerit magis apta ibi.
Venatio accipitribus facta quomodo ab antiquis fieret 188.e
Venatio multis inſtrumentis opus habet & in hoc à pila ex Gal. ſnĩa differt 305.c
Venationis equeſtris vtilitas, quę ſit, & quibus obſit 306.f
Venationis pedeſtris vtilitas, & nocumenta 307.b
Venatio eſt exercitatio & opus ex Gal. ſententia ibidem
Venę aliquando à ſaltu valido rumpũtur. 255.a. & à diſci exercitatione 258.d
Venenum cur toxicum ſit dictum 130.d
Venus conſeruat corpus ſanum 7.a
Veneti erant vna factio Romana 168.e
Ventres frigidos lucta curat 245.a. & curſus 250.f
Vertiginoſos manuũ geſticulatione curabat Areteus 240.d
Vertiginoſos lędit ſaltatio 240.e. & pilæ luſus 241.d
Vertiginoſi luctam vitare debent. 241.e. & curſum circularem. 251.f. 262.f. & trochum. 209.c
Vertiginoſos malè curabat Areteus pugilatu. 247.c. curabat etiam diſci exercitatione 257.c

Vertiginosa passio vnde oriatur 262.f
Vertiginosos gestatione Gal. Tral. & Aet. curabant 297.c
Veredus erat vehiculi species 298.d
Verus Imp. primus cum duodecim solenni conuiuio accubuit 54.d
Vesicæ lapilli optimè, saltatione extruduntur 240.e
Viæ apud veteres græcos quę sint 217.c
Vigiliæ sanum corpus conseruant 7.a
Vigilia laborantes lectica vti possunt 299.a
Viperarum morsibus tibiarum moduli prosunt, vt Gellius refert se apud Theophrastum inuenisse 283.c
Virgo fons tactu erat iucundissima 50.f
Virgines secundum Platonem sunt in gymnastica bellica exercendæ 66.f
Viri tantum apud antiquos accumbebãt, non mulieres 53.c
Viri apud antiquos quonam modo accũberent 53.e
Viri noïe quid intelligat hic auctor 218.e
Viri sunt ferè omnibus motibus apti 211.f
Visus debilitati, & obscuritati gestatio retroversa facie facta, Auicen. authore, cõfert 298.d
Vitruuius floruit ætate Cęs. Au. 18. d. eius autoritas apud antiquos parua fuit ibi.
Vlceribus quiete curandis stare & sedere aduersantur 138
Vlceribus internis, Cœl. & Cel. authoribus, deambulatio remissa, & molliter facta prodest 261.c
Vnctione qui nam vterentur 30.d
Vnctionis materia quæ fuerit 32.d
Vnctionis finis 33.c
Vnctio post balnea quid præstabat 32.f
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, est in certum 34.d
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui vtebãtur, & qua de causa 236.d
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt instituta 157.a b
Vociferatio quonam modo fieret 159.b
Vociferationis finis est multiplex 158.f
Vociferatio quid sit 156. & quid efficiat. 159 b. 180.f
Vociferatione quomodo, & quando debemus vti & vitare 283.a
Vocis abscisio quomodo à Cœlio Aureliano curaretur 160.e
Vocis species sunt sex 280.f
Voci ex humiditate raucæ vociferatio succurrit 281.c
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel silentio malè habenti vociferatio subuenit 281.c
Vox quomodo corrumpitur 283.a
Vomentes vociferatione iuuantur 281.c
Voracitas immensa, Seneca & Plutar. autoribus, multas nouorum morborum species hominibus genuit 4.d
Vrania quid 85.c
Vrinæ corpus exinaniunt 6.f
Vrinæ ardor ex cursu augetur 252.d
Vtero conuulso ambulatio calcibus incumbendo facta prodest 263.a

X

Xystarca quis nam esset 60.e
Xysti & xysta quid essent in gymasio 37.b.c

Z

Zosimus libertus sanguinem reiectans nauigatione liberatus est . 179. c. 302.e
ἅρπαξος quid sit 84. f. 94. f. eius vtilitas. 243.c
ἀλητὴρ mendicum, & erronem significat. 128.d
ἀκροχειρίζεσθαι quid significet. 146.f. eius vtilitas 276.d. & 147.a
Acrochirismus quomodo fieret ibid.
ἀκροχειρισὸς quid sit 149.a
Acrochirismo celtę vtebantur ibid.b
ἀσκολιάζειν 121.b
ἠιάβαι vnde dictum sit 55.b
θύλακος apud græcos quid sit 20.e
ἐκπλεκτίζειν quid significet 149.b. 201.c. eius vtilitas 276.e
τιτυλίζειν quid significet. 149. c. 201.c. eius vtilitas 276.f
σάπτος quid sit 30.f
γυμνάζεσθαι vox est antiquissima, & denudari significat 17 b
γήλοφος vnde dicatur 287.a
κωνόσαργες gymnasium Athenis quid fuerit 18.e
ξυσὸς apud græcos quid sit 21.a
κὸ ἴσαλος quid sit 30 f
φενίνδα quid sit 84.f
Διοσκόροι qui sint 124
Βίμβικος instrumenti vertigo epilepsiam inducit 290.d
Διάχυσιν ἀπαλλάττεσθαι 145.f

FINIS

REGISTRVM

* A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes ſunt quaterniones præter * et X
qui ſunt terniones, et D quinternionem.

VENETIIS APVD IVNTAS
M D LXXIII.

Ob. 6. II. 3015